МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

Н. М. ПОЛІЩУК

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Монографія

Умань 2024

УДК 304.3:613(02)
П50

Рецензенти:

Чичук А. П., доктор педагогічних наук, професор Закарпатського угорського інституту імені Ференса Ракоці ІІ;

Пустовіт Г. П., доктор педагогічних наук, професор Рівненського державного гуманітарного університету;

Яцук С. М., доктор педагогічних наук, професор Уманського державного педагогічного університеу імені ПавлаТичини.

Затверджено вченою радою
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини
(протокол №16 від 26 березня 2024 р.)

Поліщук Н. М.

П50 Здоров'язбережувальне волонтерство студентської молоді в умовах закладу вищої освіти : монографія / Н. М. Поліщук ; МОН України. Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини. – Умань : Візаві, 2024. – 237 с.

ISBN

У монографії обґрунтовано педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності: формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської діяльності); удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства на рівні формальної, неформальної освіти; впровадження інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної діяльності. Уточнено ключові поняття дослідження («здоров'язбережувальна компетентність», «волонтерська діяльність», «формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді»), компоненти, критерії, показники та рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності.

Видання адресовано здобувачам вищої освіти, аспірантам, викладачам та науковцям, а також усім, хто цікавиться теоретичними та прикладними аспектами розвитку волонтерської діяльності.

УДК 304.3:613(02)

ISBN

© Поліщук Н. М., 2024

ЗМІСТ

ПЕРЕД…… 4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ……..... 7
1.1. Аналіз стану дослідженості наукової проблеми …….. 7
1.2. Сутність та структура здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді …….. 20
1.3. Особливості волонтерської діяльності як засобу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді …… 39

РОЗДІЛ 2. ДІАГНОСТИКА СФОРМОВАНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОЦЕСІ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ 57
2.1. Стан формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді 57
2.2. Аналіз стану волонтерської діяльності студентів в освітньому середовищі закладу вищої освіти та позааудиторній роботі …… 71
2.3. Критеріально-діагностувальний інструментарій дослідження формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності …….. 82

РОЗДІЛ 3. ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОЦЕСІ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ……... 102
3.1. Обґрунтування педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності ……... 102
3.2. Апробація педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності ……... 112
3.3. Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи …….. 132
Висновки до третього розділу……... 139

ПІСЛЯМОВА…… 142
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ …… 146
ДОДАТКИ …… 186

ПЕРЕДМОВА

На сучасному етапі розвитку суспільства відповідальність щодо оздоровчої діяльності покладається на заклади освіти, завдання яких – створити ефективне здоров'язбережувальне середовище професійної підготовки майбутнього фахівця.

Стратегія здоров'язбереження задекларована в нормативно-правових документах, зокрема у Законі України «Про основні засади молодіжної політики» (2021), Державній цільовій соціальній програмі «Молодь України» на 2021-2025 роки (2021) та стратегічних документах, що визначають політику держави щодо формування здорового способу життя: Концепція розвитку системи громадського здоров'я (2016), Національна стратегія розвитку державної молодіжної політики до 2030 року (2020), Указ Президента України «Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року» (2019), документи Ради Європи, Європейського Союзу, Всесвітньої організації охорони здоров'я, що свідчить про визнання пріоритетності освітньої політики держави з питань здоров'язбереження.

Виховати у студента високу вимогливість до себе, вміння вести здоровий спосіб життя і піклуватися про здоров'я своє й інших – одне із завдань вищої школи. Численними дослідженнями встановлено, що існує прямий зв'язок між здоров'ям, способом життя людини і якістю її професійної діяльності.

Звернення до наукової літератури засвідчує, що сьогодні активізується увага дослідників і практиків до теоретико-прикладних аспектів різноаспектної проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності, здорового способу життя та культури його дотримання, визначення механізмів і розробки організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних умов, які забезпечували б оптимальне вирішення цих завдань (Т. Андрющенко, Ю. Бойчук, Г. Кондрацька, М. Лехолетова, Т. Миронюк,

В. Муромець, Т. Осадченко, Г. Пустовіт, Л. Соколенко, Ю. Танасійчук, В. Федорець, А. Чичук та ін.). Дослідники одностайні в думці, що рівень здоров'язбережувальної компетентності переважної більшості здобувачів освіти є результатом низької активності, поведінкової пасивності та валеологічної безграмотності студентської молоді. Тому одним із пріоритетних напрямів є створення таких умов у закладах вищої освіти, які сприятимуть залученню молоді до культури здорового способу життя, формування у студентів ціннісних орієнтацій у галузі здоров'я, формування у них здоров'язбережувальної компетентності.

В Україні розвивається волонтерський рух, актуальність якого підсилено в умовах сучасних соціально-економічних та політичних викликів – карантинних обмежень, військового стану тощо. Окремим напрямом волонтерства є організація та проведення цілого спектру заходів у контексті волонтерської здоров'язбережувальної діяльності студентської молоді.

Визнання ролі волонтерства у розвитку здоров'язбережувального середовища, формуванні здоров'язбережувальної компетентності на державному рівні простежено в окремих законодавчих документах, зокрема у Законі України «Про волонтерську діяльність» (2011) та ін.

Сьогодні в умовах сучасних соціально-економічних викликів активізується увага дослідників і практиків до питань волонтерства, волонтерського руху (О. Балдинюк, О. Безпалько, Р. Вайнола, І. Гончар, С. Демида, Д. Доманчук, Н. Заверико, А. Капська, Р. Козубовський, А. Котелевець, О. Кравченко, Н. Левченко, О. Лісовець, О. Лозовицький, Т. Лях, М. Носок, В. Петрович, Н. Романова, Т. Ткачук та ін.).

Аналіз літературних джерел, результатів наукових досліджень і практики діяльності ЗВО дав змогу виокремити *суперечності* між:

– вимогами суспільства до здоров'язбережувальної компетентності особистості та недостатньою науково-теоретичною розробленістю

проблеми формування здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді в умовах сучасних соціально-економічних викликів;

– вагомим потенціалом волонтерської діяльності як ефективного засобу формування здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді та недостатньою розробленістю науково-методичного забезпечення цього процесу у закладах вищої освіти;

– потребою у впровадженні інноваційних форм волонтерської діяльності та недостатнім рівнем компетентностей студентів з питань волонтерства, зокрема здоров’язбережувального.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ

1.1. Аналіз стану дослідженості наукової проблеми

Метою підрозділу дисертації є аналіз праць та характеристика джерельної бази дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності.

Важливим кроком дослідження є систематизація наукових праць. Проаналізувавши різні підходи до огляду наукової проблеми, нами обрано проблемно-тематичний принцип аналізу стану дослідженості наукової проблеми. Тому результат проведеного аналізу подаємо за відповідними тематичними дослідницькими напрямами.

Окрему групу досліджень становлять *праці з проблем формування здоров'язбережувальної компетентності, здорового способу життя* та культури його дотримання, визначення механізмів і розробки організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних умов, які забезпечували б оптимальне вирішення цих завдань.

Наукові напрацювання дослідників у галузі вищої освіти мають значний теоретико-практичний потенціал щодо вдосконалення підходів до проблематики здорового способу життя, здоров'язбереження та дотичних до них.

Проблеми формування фізично, психічно, духовно та соціально здорової особистості висвітлено у працях авторів, які наголошують на важливості залучення молоді до культури здорового способу життя, формування у студентів ціннісних орієнтацій у галузі здоров'я та здоров'язбережувальної компетентності [109, с. 184]. Більшість авторів

акцентують на важливості формування здоров'язбережувальної компетентності як ключовій у справі збереження здоров'я та організації здорового способу життя сучасної молоді.

Проблемі здоров'язбереження присвячено праці сучасних науковців (І. Волкова [29], В. Єфімова [66], О. Іонова [93], Н. Коцур [119] та ін.).

Використання здоров'язбережувальних технологій у процесі підготовки майбутніх фахівців досліджували М. Зоріна [89], О. Ліцоєва [100], О. Согоконь [240], та ін.

Окрему групу досліджень становлять праці з проблем формування здорового способу життя, здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх учителів (В. Муромець [162], Л. Соколенко [241–242], Т. Миронюк [154] та ін.), зокрема, вчителя фізичної культури: Г. Кондрацька [115], В. Федорець [270] та ін.

На думку дослідників, одне з найважливіших завдань учителя фізичної культури – формування здоров'язбережувальної компетентності учнів. Оскільки, здоров'язбережувальна компетентність «формується на міжпредметному рівні за допомогою предметних компетенцій з урахуванням специфіки предметів та пізнавальних можливостей, тому кожен студент, майбутній вчитель фізичної культури, має можливість отримати високий рівень знань і умінь для формування фізично, духовно, інтелектуально і соціально здорової дитини» (Г. Кондрацька) [115, с. 15].

В цілому сьогодні актуалізується соціальне замовлення на педагога, який «володіє здоров'язбережувальними технологіями навчання і виховання, здатний організовувати здоров'язбережувальний освітній процес та розвивати здоров'язбережувальну компетентність учнів» [162, с. 148] (В. Муромець).

З-поміж широкого спектру праць заслуговують на увагу *наукові видання* з питань здоров'язбереження. У колективній монографії «Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи»

викладено розуміння поняття «здоров'я» та його складових, подано результати соціологічних досліджень (соціальне здоров'я молоді, духовне здоров'я молоді, психічне здоров'я за самооцінками молоді, фізичне здоров'я молоді, особливості харчування, алкоголь, тютюн і наркотики в житті молодої людини, моделі сексуальної поведінки молодих людей, обізнаність з ВІЛ-інфекцією і СНІДом, усвідомлення чинників здорового способу життя), наводяться приклади реалізації соціальних проєктів з питань здоров'язбереження в Україні та інших країнах, запропоновано практичні рекомендації щодо удосконалення означеного процесу [290].

У колективній монографії «Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі» (за редакцією Л. Рибалко, 2019 р.) розкрито «особливості застосування здоров'язбережувальних технологій у закладах освіти різних типів: дошкільних, загальної середньої освіти, вищих. Доведено важливість застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі в умовах здоров'язбережувального освітнього середовища та фізкультурно-оздоровчої діяльності» [85].

У монографії М. Співак «Державна політика здоров'язбереження: світовий досвід і Україна (2016) розглянуто стан та перспективи державної політики здоров'язбереження на основі ціннісного підходу до розуміння здоров'я людини і суспільства [249].

У колективній монографії «Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження» (за заг. ред. проф. Ю. Бойчука, 2017) висвітлено теоретико-методологічні основи щодо розвитку педагогіки здоров'я, сучасних підходів до створення здоров'язбережувального середовища, здоров'язбережувальних освітніх технологій [70].

Заслуговують на увагу *дисертаційні роботи*, присвячені формуванню здоров'язбережувальної компетентності: Т. Андрющенко [1], Ю. Бойчука [70], Л. Соколенко [241–242], Т. Миронюк [154], Ю. Танасійчук [258] та ін.

З-поміж інших виокремлюємо дослідження щодо формування здоров'язбережувальної компетентності у студентів ЗВО.

У дисертації Л. Соколенко «Формування культури здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів» (2011) авторкою запропоновано теоретико-практичний та методичний інструментарій щодо означеної наукової проблеми: розробка змісту валеологічної освіти, спрямованої на формування у студентів знань, позитивних ставлень, ціннісних орієнтацій у галузі здорового способу життя; впровадження змістового і методичного забезпечення виховної позааудиторної діяльності, яка передбачає рефлексію студентами здобутих знань, їх трансформацію через емоційні переживання і практичні дії, забезпечення зворотного зв'язку; активізація самостійної усвідомленої роботи студентів в означеному напрямі [242, с. 19].

У дисертаційній роботі Т. Миронюк «Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів біології засобами інноваційних технологій в умовах освітнього середовища вищого навчального закладу» (2017) авторкою обґрунтовано педагогічні умови та дослідницьку модель, що охоплює такі блоки: методологічно-цільовий (мета, підходи, принципи), процесуально-змістовий (етапи та зміст підготовки), організаційно-технологічний (традиційні та інноваційні форми, методи, технології, засоби навчання, педагогічні умови), оцінно-результативний (критерії, показники, рівні, відповідний результат) [154].

Аналогічний дослідницький підхід запропоновано у дисертації Ю. Танасійчук «Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я» (2021). Авторкою розроблено та апробовано дослідницьку модель, яка охоплює методологічно-цільовий, змістово-технологічний, діяльнісно-результативний блоки [258].

Останнім часом у вітчизняному науковому доробку активізувалися

дослідження щодо формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх фахівців різних галузей: В. Бутенко [20], Т. Самусь [232], Д. Оленєв [170], Т. Осадченко [175], Г. Пустовіт [223], О. Шеремета [281], Т. Кондес [114], О. Ткачук [262], А. Чичук [279] та ін.

У низці дисертаційних досліджень комплексний підхід до дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців на рівні виокремлених і експериментально перевірених умов ефективності досліджуваного процесу. З-поміж інших, на нашу думку, заслуговує на увагу дослідження М. Лехолетової «Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки» (2018), в якому обґрунтовано відповідні соціально-педагогічні умови, а саме: «усвідомленння майбутніми соціальними педагогами вагомості здоров'язбережувальної компетентності для успішного здійснення майбутньої професійної діяльності; наявність педагогічної взаємодії між викладачем і студентами; посилення здоров'язбережувальної компоненти змісту підготовки майбутніх соціальних педагогів у закладах вищої освіти (надання майбутнім фахівцям можливості здобути професійні здоров'язбережувальні знання та вміння); урізноманітнення форм здоров'язбережувальної діяльності майбутніх соціальних педагогів у позааудиторній роботі (проведення позааудиторної роботи з актуальних проблем здоров'язбереження; самоосвіти майбутніх соціальних педагогів щодо здоров'язбереження» [135, с. 4–5].

Окрему групу досліджень складають ті, що присвячені підготовці майбутніх учителів фізичної культури, фахівців з фізичної реабілітації, учителів основ здоров'я до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей та підлітків: Н. Бєлікова [9], С. Єлізарова [65], Г. Панченко [187], А. Петров [191] та ін.

Окрему джерельну групу становлять *науково-методичні праці:*

посібники [6; 149; 150], збірники матеріалів науково-практичних заходів (конференцій, семінарів тощо) [189; 272] та матеріали з розробки наукових тем. Зокрема, кафедри медико-біологічних основ фізичної культури Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини [269].

Отже, аналіз наукового доробку сучасних науковців приводить до думки, що збереження і зміцнення здоров'я молоді є важливим ресурсом щодо безпеки життєдіяльності в суспільстві. Проблемі здоров'я молоді приділяється значна увага шляхом реалізації різноманітних програм, укладання підручників, рекомендацій, навчально-методичних посібників [162, с. 148; 206]. Означене актуалізує потребу у розробці і використанні нових освітніх технологій з питань ціннісного ставлення особистості до здоров'я та здоров'язбережувальної діяльності [162, с. 148].

Тому, на думку дослідників, набуває життєвої необхідності запровадження системного підходу до розв'язання проблеми підтримання здоров'я населення шляхом залучення до вирішення означеної потреби одночасно з фахівцями галузі охорони здоров'я представників освіти, соціальної роботи, культури [233; 206].

Здійснивши аналіз досліджень дійшли висновку, що проблема здоров'язбереження серед дітей та молоді є однією з найбільш актуальних як наслідок сучасних соціально-економічних викликів. Однак, недостатньо уваги відведено механізму впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі різних закладів освіти, зокрема, шляхом неформальної, інформальної освіти, залучення громадського сектору тощо [201].

Наступну тематичну групу джерел складають *праці з питань волонтерства, волонтерського руху.*

Сучасна освітньо-виховна, соціально-педагогічна практика свідчить, що ефективним засобом формування здоров'язбережувальної

компетентності є волонтерська діяльність: «Непростий і тривалий етап становлення та розвитку громадянського суспільства на засадах свободи, творчості, гуманізму, милосердя супроводжується суперечливою політичною та соціально-економічною ситуацією, яка склалася в державі. Нині соціальні пріоритети в Україні визначені як провідні напрями державної політики. Для розв'язання соціальних проблем залучаються різні соціальні інституції та неурядові організації, створюється розгалужена система різноманітних соціальних служб» (Т. Лях) [145, с. 3; 110].

Науковці і практики стверджують, що одна з умов суспільного розвитку – це «достатня кількість людських ресурсів для розв'язання таких соціальних проблем, як: профілактика наркотичної залежності, ВІЛ/СНІДу та ризикованої поведінки молоді, соціальна реабілітація дітей з особливими потребами, ресоціалізація осіб, які повернулися з місць позбавлення волі, соціальний супровід прийомних сімей тощо. Саме тому останнім часом в Україні активно стимулюється благодійна діяльність та розвивається волонтерський рух» [145, с. 3].

Наразі волонтери є повноправними суб'єктами суспільного розвитку, що підтверджено в нормативних документах, зокрема у законах України «Про волонтерську діяльність» (2011, зі змінами), «Про соціальну роботу з дітьми та молоддю» (2001 р., зі змінами), «Про соціальні послуги» (2003, зі змінами) та ін., відповідно до яких визнано добровільну працю волонтерів необхідною та суспільно корисною [110].

Окремим напрямом волонтерської діяльності студентської молоді є організація та проведення цілого спектру заходів, спрямованих на формування здоров'язбережувальної компетентності – «інтегральну якість особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язбережувальної діяльності, що ґрунтується на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я –

свого та оточення. Вона охоплює низку життєвих навичок (компетентностей), що сприяють здоровому способові життя» [86, с. 30; 206].

Тому, саме волонтерську здоров'язбережувальну діяльність дослідники, теоретики та практики розглядають як перспективну та інноваційну форму позааудиторної роботи (оздоровчо-розвивальну, корекційну, рекреаційну тощо) та професійної підготовки майбутніх фахівців; формування особистісних та професійних якостей загалом та ефективного формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді зокрема.

Сьогодні волонтерський рух стрімко набуває масового поширення та є відповіддю на суспільні потреби як феномен, детермінований гуманізацією суспільного життя: «Будучи закоріненим у традиції безкорисливої допомоги нужденним, історично притаманній українській національній культурі, і взявши на озброєння досвід ряду передових у цій сфері західних країн, вітчизняний волонтерський рух з кожним роком набуває усе більшої потужності, об'єднує усе більше громадян та залучає значні ресурси» [196, с. 24].

Поняття «доброчинність», «молодіжне лідерство», «волонтерство» у вітчизняній науці та практиці досліджували О. Безпалько [245], Р. Вайнола [43], І. Звєрєва [60], Н. Заверико [31], А. Капська [60], О. Лісовець [139], Н. Левченко [107], О. Лозовицький [141], Н. Романова [231] та ін. Дослідники і практики переважно «спрямовують свою увагу на змісті волонтерства, принципах та практичному досвіді організації волонтерської діяльності, питаннях практичної підготовки волонтерів до роботи з різними категоріями населення» [141].

Окремі аспекти діяльності волонтерів (зокрема, роль волонтерства як складової молодіжної роботи) розкрито у працях вітчизняних науковців. Так, у роботах О. Балдинюк, І. Гончар, І. Звєрєвої, Н. Коляди,

О. Кравченко, О. Кузьменка, Г. Лактіонової, Т. Лях, Ю. Поліщука, Н. Романової, С. Савченка та ін. [108; 122; 246; 296].

У працях О. Безпалько, Р. Вайноли, Н. Заверико, А. Капської, В. Петровича [43; 88] запропоновано методи підготовки молоді до волонтерської діяльності.

Теоретико-методологічні засади, сутність, особливості, принципи волонтерської роботи визначено українськими (О. Безпалько, І. Звєрева, Н. Заверико, Г. Лактіонова, Л. Міщик, І. Мигович, В. Петрович, Л. Романкова [2; 6; 229]) та зарубіжними науковцями (Р. Лінч, С. Маккарлі (США), Л. Питка, Є. Матерна (Польща) та ін. [146].

Різним аспектам розвитку волонтерства в Україні та зарубіжних країнах також присвячено *дисертаційні дослідження* [145; 262].

Насамперед, у дисертації Т. Лях «Соціально-педагогічна діяльність студентських волонтерських груп» (2009) визначено зміст соціально-педагогічної діяльності студентських волонтерських груп. Авторка підкреслює, що «особливість волонтерського руху в Україні полягає в тому, що найбільш чисельною групою волонтерів, які працюють у соціальній сфері, є учнівська та студентська молодь, а діяльність, яку вони здійснюють, має, переважно, соціально-педагогічний характер» [144; 145].

Окрему групу досліджень становлять праці, в яких розкрито організаційно-методичні питання волонтерського руху; здійснено аналіз особливостей волонтерського руху в Україні та за рубежем. Важливим ресурсом волонтерства дослідники називають саме студентську молодь – майбутніх фахівців, які, працюючи волонтерами, вдосконалюють уміння і навички щодо майбутньої професійної діяльності в соціальній сфері (Р. В. Козубовський [106], А. Котелевець [118] та ін.).

У статті Д. Доманчука «Роль волонтерства у процесі соціалізації студентської молоді» виділено особливості волонтерства в Україні, а саме: щодо структурної включеності волонтерства у простір соціальної

політики; вирішення органами державної влади проблем зайнятості, соціального забезпечення, охорони здоров'я, освіти; визнання волонтерства як ресурсу соціалізації молоді [54].

Автор акцентує на соціалізувальній функції процесу волонтерської діяльності у класичних закладах вищої освіти: «Різноманітні напрями, форми та методи волонтерської діяльності відкривають широкі перспективи для дослідження впливу волонтерства на процес соціалізації студентської молоді у класичних вищих закладах освіти. Адже активізація духовного, інтелектуального та культурного потенціалу, що детермінує розвиток людини і суспільства майбутнього, сприятиме усвідомленню молодими фахівцями різних сфер місця і ролі волонтерської роботи як засобу особистісного розвитку та самореалізації, самовизначення та самоствердження, як способу надання допомоги людям, які її потребують. А це сприятиме не тільки саморозвитку, а й професійному становленню та просуванню кар'єрними сходинками» [54, с. 491].

Д. Подолянчук у праці «Чинники формування ціннісних орієнтацій студентів, які беруть участь у волонтерському русі» називає волонтерську діяльність як важливу сферу особистісної самореалізації в системі ціннісних орієнтацій студентства. На думу автора, «головними чинниками, від яких залежить формування ціннісних орієнтацій учасників волонтерського руху, є: освітні, організаційні, діяльнісні (практичні), комунікаційні, громадські, професійні, особистісні. Кожен чинник характеризується певним змістовим наповненням, психологічними механізмами впливу та важливістю залежно від зовнішніх і внутрішніх умов» [197, с. 178].

У статті Я. Слуцького «Соціалізація студентів коледжу за допомогою участі у волонтерській діяльності» визначено, що в сучасному світі соціалізація є важливим елементом становлення повноцінної особистості, здатної проводити професійну діяльність. Процес соціалізації

розглядається у єдності двох етапів: загальна соціалізація та професійна соціалізація. Автором доведено, що більш ефективно обидва етапи соціалізації формуються при участі студента у волонтерській діяльності [239].

Автори праці «Мотивація студентів до волонтерської діяльності» (С. Демида, М. Носок) досліджуються такі питання: «мотивація студентів до волонтерської діяльності, виявлення стимулів волонтерської роботи студентської молоді у сучасному українському суспільстві, конкретизовано спектр діяльності, висвітлено досвід їхньої роботи в сьогоденному соціумі, а також причини, чому волонтерський рух є рушійною силою серед цієї соціально-активної категорії населення» [51].

У статті Л. Романкової «Волонтерська діяльність як складова формування моральних цінностей студентської молоді» розкривається феномен волонтерської діяльності як цінності особистості та «засобу розвитку, саморозвитку й самоактуалізації особистості; як ефективного механізму вирішення актуальних педагогічних та соціальних проблем» [230].

Важливу групу джерел становлять *аналітичні огляди, звіти* тощо. З-поміж них, «Становище молоді в Україні: аналітичний звіт, складений Робочою групою ООН у справах молоді)» (2019) [251], підготовлений з метою забезпечення «узгодженого, спільного підходу всіх агентств системи ООН, які працюють в Україні, до нашої підтримки діяльності українського уряду, неурядових організацій, наукових кіл і що найважливіше – української молоді, а загальна мета – зробити забезпечення розвитку молоді стратегічним пріоритетом для країни. Звіт визначає перешкоди, з якими сьогодні стикаються молоді люди в Україні, і пропонує конкретні рекомендації щодо їх подолання. Цей звіт має також на меті надати особам, які підтримують молодь і приймають рішення, аналітичні дані, необхідні для впровадження належним чином

опрацьованої політики, яка сприятиме процвітанню молодого покоління. За допомогою цього аналітичного звіту Робоча група ООН у справах молоді в Україні прагне привернути увагу до проблем та недоліків, наявних у сфері надання послуг молодим людям, одночасно пропонуючи факультативні адресні рекомендації щодо усунення цих проблем» [251, с. 5–6].

Окрему групу дослідницьких джерел становлять навчальні та навчально-методичні посібники з питань організації волонтерського руху для студентів, викладачів і всіх, хто цікавиться питаннями освіти, виховання, соціальної роботи, тощо: О. Балдинюк «Методика організації волонтерського руху» (2009) [150], «Соціальна робота у сфері дозвілля» (2017) [246]; «Волонтери в соціальній роботі» (О. Главник, Н. Романова, Т. Дружченко, 2006) [30], Р. Калениченко «Волонтерство в соціальній роботі» [94], Т. Лях «Менеджмент волонтерських програм» (2020) [149], книга «The Last Virtual Volunteering Guidebook» («Віртуальний посібник з волонтерства»), матеріали до курсу «Основи волонтерської діяльності» [298; 118, с. 98–104], матеріали науково-практичних заходів [220] та ін. У цих виданнях розглянуто «становлення та розвиток волонтерства в Україні і за кордоном, особливості діяльності волонтерських організацій у провідних країнах світу й участі вітчизняних волонтерів у різноманітних соціально-педагогічних акціях, організації підготовки і підвищення мотивації волонтерів до роботи» [94, с. 34].

Інноваційну групу дослідницьких джерел становлять *онлайн ресурси*, оскільки «сьогодні роль технології у житті людини важко переоцінити, щодня важливість онлайн-комунікації зростає. На період карантину дистанційне волонтерство дає змогу допомагати без фізичної присутності волонтера, але не менш якісно та продуктивно. Для багатьох людей дистанційне волонтерство стало відкриттям, деякі вперше вирішили зануритись у волонтерство, оскільки через обставини, що склались, мали

час та можливість інвестувати свої сили й знання у добру справу» [118, с. 99].

У статті А. Котелевець «Волонтерство онлайн: виклики сьогодення» розглянуто організаційно-методичні питання онлайн-волонтерства, а саме: «Визначено поняття «волонтерство» та «е-волонтерство»; наведено актуальні дані щодо стану волонтерства під час пандемії в Україні, за результатами дослідження U-Report, всесвітньої ініціативи ЮНІСЕФ; зосереджено увагу на доступних онлайн-ресурсах для потенційних волонтерів, що є відповіддю на виклики волонтерській діяльності, які виникли через карантинні обмежувальні заходи через пандемію COVID-19; проаналізовано зміст англомовної книги “The Last Virtual Volunteering Guidebook”, а також курсу “Основи волонтерської діяльності”» [118, с. 98–104].

Питання онлайн-волонтерства як соціального ресурсу, його важливості в загальному волонтерському процесі розкрито у працях А. Безрукова «Роль інтернет-простору у формуванні добровольчих ініціатив: віртуальне волонтерство», «Довіднику з Е-волонтерства» (укладачі М. Кацпровіч, Б. Боровєцка, П. Люкасяк, Ю. Антощук), книзі «The Last Virtual Volunteering Guidebook» («Віртуальний посібник з волонтерства», автори Д. Кравенс і С. Дж. Елліс) та ін., в яких акцентовано на важливості інтегрованості діяльності онлайн-волонтерів в загальному волонтерському процесі [298].

Отже, на основі аналізу стану дослідженості наукової проблеми з-поміж перспективних напрямів подальших досліджень виокремлюємо такі:

– впровадження системного і комплексного підходу до здоров’язбережувальної діяльності в цілому та формування здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді як пріоритетного напряму розвитку державної політики зокрема на різних рівнях – міжнародному, державному, регіональному, локальному;

– дослідження інноваційних напрямів волонтерської діяльності, спрямованих на покращення якості життя, поглиблення солідарності між людьми у справі побудови демократичного, справедливого суспільства;

– роль волонтерства у розвитку здоров'язбережувального середовища, формуванні здоров'язбережувальної компетентності як одного з пріоритетів на державному, регіональному, локальному рівні суспільного розвитку.

1.2. Сутність та структура здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді

Метою підрозділу є з'ясування сутності та структури здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

Потреба визначення пріоритетів формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців актуалізується інтеграційними освітніми процесами. Сьогодні в системі вищої освіти приділяється значна увага питанням здоров'я молоді на педагогічному рівні. Тому, актуальними є питання «розробки і використання нових освітніх технологій, спрямованих на ціннісне ставлення особистості до власного здоров'я, позитивне самосприйняття та самоставлення» [162, с. 148].

Закон України «Про основні засади молодіжної політики» визначає поняття «молодь» (2021) як «особи віком від 14 до 35 років, які є громадянами України, іноземцями та особами без громадянства, які перебувають в Україні на законних підставах» [75].

Вікові межі молодості обумовлені, по-перше, особливостями соціального становища; по-друге, особливостями психологічного розвитку людини.

Соціальний портрет сучасної української молоді мозаїчний та суперечливий, що вирізняє молодь від інших соціальних вікових груп суспільства та дає їй змогу об'єктивно займати цілком своєрідне місце і відігравати роль в усіх сферах життєдіяльності суспільства [206].

На особливу увагу заслуговує задекларований у сучасному нормативному полі принцип позитивного молодіжного розвитку – «молодь розглядається не як проблема, яку треба вирішувати (чи рятувати), а як цінний потенціал, який необхідно розвивати, створюючи необхідні для цього умови; повага до поглядів молоді та її переконань, до честі та гідності молодих людей, їхньої індивідуальності; вираховування різноманітних потреб, обставин та сподівання молоді; рівний доступ для кожної молодої особи до прав, свобод та послуг, що передбачені чинним законодавством; рівність правових гарантій без дискримінації за будь-якою ознакою; рівність молодіжних організацій, а також організацій, що працюють із молоддю, у доступі до державної підтримки їхньої діяльності» (проєкт Закону України «Про молодь», п. 3, ст. 1) [221].

В контексті значення та ролі молоді в соціальній структурі суспільства набуває актуальності вивчення сутності молодіжних проблем, з-поміж яких – питання здоров'язбереження [206].

Проблеми у процесі соціалізації молоді науковці поділяють на дві групи: соціальні (роль та місце молоді в суспільстві; ціннісні орієнтації, моральні пріоритети; працевлаштування молоді; освіта молоді; політичні орієнтації молоді та ін.); особистісні (професійне самовизначення; пошуки сенсу життя; кохання; взаємини з дорослими та однолітками; здоров'я молодих людей; створення власної сім'ї).

Студентська молодь – специфічна соціально-демографічна група, що вирізняється за сукупністю вікових та психофізіологічних особливостей.

На думку науковців, саме в студентські роки відбуваються ключові психофізіологічні зміни. У цей період відбувається подальший розвиток

самосвідомості особистості, спостерігається стабілізація певного «студентського» способу життя, який більше, ніж на 50 відсотків впливає на здоров'я молоді [16, с. 17].

Тому, однією з надактуальних проблем сучасності є формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, що передбачає формування у молодого покоління культури здорового способу життя, що зумовлено низкою таких факторів:

– погіршенням екологічних умов життя людини, що спричинено загальносвітовою кризою, енергетичною і продовольчою проблемами, антигігієнічними умовами праці і побуту;

– наданням здоров'ю грошового еквіваленту (хворіти сьогодні не вигідно з матеріальної точки зору);

– зниженням рівня задоволеності людей життям, зростанням злочинності, наркоманії, алкоголізму, схильності до суїциду, нестримної гонитви за матеріальними вигодами, появою хвороб, властивих представникам певних соціальних верств і груп; недостатнім усвідомлення високої цінності здоров'я;

– соціально-психологічними пріоритетами, характерними для українського суспільства (достаток, кар'єра, тощо) [257, с. 3–5; 241; 206].

Ще більше загострення проблеми здоров'язбереження, здорового способу життя відбувається в контексті сучасної світової пандемії. На найближчі десятиліття у теоретичній, практичній та науковій площині набувають актуальності питання соціального самопочуття дітей і дорослих в умовах пандемії; підготовки до життя за нових природних, соціальних, психологічних, духовних умов, вироблення нових канонів здоров'я, засобів його захисту, форм реабілітації; забезпечення доступності інформаційно-освітніх ресурсів для всіх категорій користувачів (у т.ч. людей з обмеженими можливостями) тощо [206].

До запропонованого науковцями переліку факторів додаємо ті, які викликані соціально-економічним станом країни в умовах війни, карантинних обмежень тощо. У цьому контексті набуває актуальності та життєвої необхідності впровадження системного і комплексного підходу до психолого-педагогічної та медико-соціальної підтримки дітей і дорослих в умовах пандемії. Зокрема, ефективним ресурсом у цьому контексті є здоров'язбережувальна діяльність на різних рівнях – міжнародному, державному, регіональному, локальному [204].

Питання здоров'я, здорового способу життя, необхідність формування та розвитку здоров'язбережувальної компетенції молоді постійно є предметом дискусій, обговорень. Свідченням цього є дослідження, що проводяться науково-дослідними структурами (аналітичний огляд «Здоров'я та добробут молоді» [251, с. 24–32] та ін. [160], нормативно-правові документи, що регулюють питання здоров'язбереження загалом, та в молодіжному середовищі зокрема [206]).

Здоров'язбереження молоді є одним із пріоритетів нормативно-правових документів у сфері соціальної політики, освіти, молодіжної роботи: Законів України «Про основні засади молодіжної політики» визначає поняття «молодь» (2021), «Про соціальну роботу з дітьми та молоддю» (2001 р., зі змінами); Державної цільової соціальної програми «Молодь України» на 2021-2025 роки, Національної молодіжної стратегії до 2030 року, Державної програми «Молодіжний працівник» та ін. [206].

У рамках Всеукраїнського Форуму «Україна 30», що проводився за підтримки Офісу Президента та Уряду України, 22–24 червня 2021 року пройшов Форум «Здорова Україна», завданнями якого стало обговорення таких питань: популяризація здорового способу життя, моделі здорової школи; екологія життя та факторів, що впливають на здоров'я нації тощо [277]. Участь у форумі взяла директор Державного інституту сімейної та молодіжної політики І. Пєша (спікерка в сесії «Екологія життя – зовнішні

фактори, що впливають на здоров'я нації»), яка визначила необхідність «запровадження системи стимулів і мотивацій, які дозволять кожній людині, незалежно від віку, статі, місця проживання, прийняти відповідальність за власне здоров'я та дотримуватися здорового способу життя» [277; 206; 110].

Особливою соціальною групою, що зазнає руйнівного впливу названих факторів, є студентська молодь, від рівня здоров'я яких залежить не лише якість їхнього життя, а й якість майбутньої професійної діяльності. Тому перед закладами вищої освіти стоїть особливе суспільне завдання – забезпечити формування у студентів умотивованого ставлення до власного здоров'я, віднайти такі методи впливу на особистість, які «сприяли б свідомому вибору тієї поведінки, яка вела б до здоров'я, а не до хвороби» [11, с. 144; 206]. Постановка такого завдання активізує дослідників на вивчення стану здоров'я сучасних студентів, визначення способів, спроможних прилучити їх до культури здорового способу життя, сформувати стійкі настановлення на збереження здоров'я [242, с.13; 206].

Як свідчить аналіз наукових та методичних праць, для формування у студентів культури здорового способу життя одночасно є ключовими як валеологічна освіта молоді (ознайомлення із сутністю людської життєдіяльності, виховувати правильне ставлення до свого тіла, його потреб, до психічної діяльності людини, ознайомлювати з методиками впливу на тіло за допомогою раціонального й безпечного харчування, правильного режиму дня з урахуванням біоритмів, режиму й умов праці, організації сну, раціонального режиму рухової активності, фізичних тренувань, загартовування, особистої гігієни та ін. [265]), так і профілактика і попередження виникнення факторів ризику різних захворювань, а також боротьба зі шкідливими звичками, нераціональним харчуванням, конфліктними ситуаціями тощо [242, с. 14; 206].

Тому, набуває актуальності формування у свідомості індивіда й

суспільства навички здорового способу життя, від чого залежить реалізація потенціалу особистості. Оскільки жодні зусилля суспільства, спрямовані на збереження й зміцнення здоров'я населення, не дадуть позитивного результату без наявності активного ставлення до здоров'я [243, с. 91–92; 206].

Частина авторів сповідують підхід, відповідно до якого формування у студентів здорового способу життя пов'язується переважно з первинною профілактикою виникнення факторів ризику, проведенням різнопланової просвітницької роботи. Не заперечуючи важливості такої профілактики, Л. Соколенко наголошує на обмеженості суто інформативних методів, що знижує активність студентів у напрямі збереження і зміцнення здоров'я, а також не сприяє формуванню у них ані відповідних переконань, ані необхідних практичних умінь і навичок [242, с. 15].

Переважна більшість авторів переконані, що формування здорового способу життя є комплексною проблемою, при розв'язанні якої має йтися не лише про способи і методи зміцнення здоров'я та профілактику захворювань, посилення ролі особистісних якостей людини у свідомому і вольовому дотриманні принципів здорового способу життя як ціннісних мотивів поведінки.

З акмеологічного погляду, здорова людина – це така, яка намагається якомога повніше розкрити своє «акме», самоствердитися і самореалізуватися. Тому період навчання у закладі вищої освіти вважається важливим сенситивним періодом для формування здоров'язбережувальної компетентності, а студентську молодь розглядають як активного суб'єкта формування здоров'язбережувального середовища.

У чому ж полягає сутність *здоров'язбережувальної компетентності* як базової характеристики у процесі формування здоров'язбережувального середовища. На думку сучасних науковців і практиків, компетентністний

підхід є провідним у модернізації системи освіти України як «одне з важливих концептуальних положень оновлення змісту освіти. При цьому підкреслюється, що в розумінні компетентністного підходу закладено ідеологію інтерпретації змісту освіти, що формується «від результату» («стандарт на виході»)» [3, с. 29] (О. Антонова та ін.). У цілому ж мета компетентністного підходу – це забезпечення якості освіти, а компетентність є важливим критерієм якості освіти та її відповідності сучасним умовам і вимогам щодо рівня готовності фахівця [3, с. 29].

Відповідно до Закону України «Про освіту» (2017, зі змінами) компетентність є динамічною комбінацією «знань, умінь, навичок, способів мислення, поглядів, цінностей, інших особистих якостей, що визначає здатність особи успішно соціалізуватися, провадити професійну та/або подальшу навчальну діяльність» [74].

В освіті компетентнісний підхід – це «спрямованість освітнього процесу на формування й розвиток основних базових і предметних компетентностей особистості, результатом чого має бути формування загальної компетентності, що є сукупністю ключових компетентностей, інтегрованою характеристикою особистості» [216, с. 48] (О. І. Пометун).

На думку сучасних науковців, компетентність є різноаспектною особистісною якістю, що «припускає не лише наявність певного обсягу знань, умінь, навичок, досвіду та особистих якостей, які є дуже важливими чинниками для досягнення високих результатів у професійній діяльності, а й ціннісних орієнтацій фахівця, усвідомлення ним свого місця в суспільстві і розуміння світу навколо нього, відповідного стилю взаємодії з іншими людьми, загальної культури особистості, а також здібностей та можливостей до постійного вдосконалення власного творчого потенціалу» [216, с. 49] (О. І. Пометун).

При цьому, на думку О. Антонової, «компетентності широкого спектру є універсальними (або ключовими), що охоплюють основи

сучасного наукового знання, принципи і закономірності безлічі предметів і явищ дійсності; вони багатофункціональні, надпредметні й міждисциплінарні, оскільки включають пізнавальні, операційно-технологічні, емоційно-вольові і мотиваційні компоненти. Розрізняють базові компетентності у таких сферах: самостійної пізнавальної, цивільно-суспільної, соціально-трудової, культурно-дозвіллєвої діяльності, у побутовій сфері (включаючи аспекти власного здоров'я, родинного буття та інші)» [3, с. 27].

До базових компетентностей відносять «комплекс універсальних знань, що відрізняються широким рівнем узагальнення, включають загальнонаукові і загальнопрофесійні категорії, поняття, закони, принципи і закономірності функціонування науки, техніки і суспільства» [3, с. 27].

Члени робочої групи з питань запровадження компетентнісного підходу (проєкт ПРООН «Освітня політика та освіта «рівний – рівному») пропонують такі ключові компетентності: «уміння вчитись (навчальна), громадянська, загальнокультурна, компетентність з інформаційних та комунікаційних технологій, соціальна, підприємницька, здоров'язберігаюча» [152; 3, с. 27].

Ключовим у терміносполуці «здоров'язбережувальна компетентність» є поняття *здоров'я*.

У науково-теоретичному доробку відсутній уніфікований набір критеріїв щодо визначення поняття «здоров'я». Сучасні автори пропонують різні критерії для характеристики поняття «здоров'я людини»: «певний стан органічного існування, оптимальне функціонування організму, процес збереження і розвитку, динамічний феномен, можливість людини» [3, с. 28].

На основі узагальнення результатів аналізу визначень поняття «здоров'я» сучасні дослідники виокремлюють такі категоріальні ознаки: «медичні ознаки і характеристики здоров'я; біологічні й соціальні ознаки,

що розглядаються в єдності; відсутність у людини органічних порушень і суб'єктивних відчуттів нездоров'я; здоров'я як цінність для людини, необхідна передумова повноцінного життя, задоволення її матеріальних і духовних потреб» [3, с. 28; 204, с. 119].

У контексті дослідження проблеми здоров'язбережувальної діяльності заслуговують на увагу такі тлумачення поняття «здоров'я»:

– «стан повного фізичного, духовного й соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних відхилень» [252] (Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я, ВООЗ);

– «стан організму, за якого нормально функціонують усі його органи; той чи інший стан самопочуття людини» [26, с. 455];

– «ступінь здатності індивіда чи групи, з одного боку, реалізувати свої прагнення і задовольняти потреби, а з другого, змінювати середовище чи кооперуватися з ним. Тому здоров'я розглядається як ресурс, а не мета життя» [26, с. 318] (концепція ВООЗ);

– «стан оптимальної саморегуляції організму та його динамічної взаємодії із середовищем, сукупність відносно врівноважених психосоматичних станів, що забезпечують можливість оптимального функціонування людини у різних сферах життя. Здоров'я – це не тільки відсутність захворювань, а й здатність організму швидко й своєчасно пристосовуватися до змінюваного соціально-психологічного та природного оточення, виконання видоспецифічних функцій, властивих людині. Здоров'я – це така форма життєдіяльності, що включає біологічні та соціальні ознаки» [24, с. 40] (О. Ізуткін, Г. Царегородцев);

– «динамічний процес рівноваги організму з навколишньою природою й соціальним середовищем, за якого всі закладені в біологічній і соціальній сутності людини здатності виявляються найбільш повно» [5, с. 111].

Такі тлумачення, на думку науковців, підкреслюють «важливість усвідомлення особистої відповідальності за власне здоров'я як цінності… у формуванні здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців необхідно створювати таке освітнє середовище, в якому будуть задіяні різні наукові підходи (наприклад, аксіологічний, особистісно орієнтований та ін.), спрямовані на усвідомлення студентами цінностей власного здоров'я та здорового способу життя» [148, с. 182; 204, с. 120].

Узагальнення матеріалів категоріального аналізу поняття «здоров'я», дозволяють говорити про цілісний погляд на здоров'я людини як цілісного, складного феномена: «фізичне здоров'я – це правильне функціонування організму людини і кожної з його систем. Його визначають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівні фізичного розвитку органів і систем організму; психічне здоров'я – індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад збудливість, емоційність, чутливість. Психічне здоров'я індивіда складається з його потреб, інтересів, мотивів, стимулів, настанов, цілей, уявлень, почуттів тощо. Воно пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей; духовне здоров'я, що залежить від духовного світу особистості, його сприйняття складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики; прагнення до любові, правди, істини, добра, до відкриття нового; спроможність діяти в любові до ближнього, причетність до живої і неживої природи; головне джерело життєвої сили й енергії; соціальне здоров'я – залежить від економічних чинників, його стосунків із структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, через які відбуваються соціальні зв'язки – праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо [3, с. 30; 204, с. 123].

Отже, феномен здоров'я був і залишається предметом дослідження багатьох учених і розглядається у кількох аспектах: філософському, медико-біологічному, соціально-педагогічному.

Сучасні міждисциплінарні дослідження різнопланово трактують і таке поняття, як *«здоровий спосіб життя»*:

– «життєдіяльність, спрямована на збереження та покращення здоров'я людей» [174, с. 12] (В. Оржеховська);

– «форми повсякденного життя, які відповідають гігієнічним правилам, розвивають адаптивні можливості організму, сприяють успішному відновленню, підтримці і розвитку його резервних можливостей, повноцінному використанню соціально психологічних функцій» [162, с. 152];

– «раціональна організація життєдіяльності, метою якої є формування, збереження і зміцнення здоров'я» [162, с. 152].

Серед складових здорового способу життя дослідники виокремлюють: «рівень культури суспільства і особи; місце здоров'я серед потреб людини; мотивація збереження і зміцнення здоров'я, навчання засобів збереження і зміцнення здоров'я» [162, с. 152].

Науковці пропонують різні підходи до визначення сутності поняття *«здоров'язбереження»* (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Визначення поняття «здоров'язбереження»

№ з/п	Визначення	Автор
1.	«комплекс дій та заходів учасників взаємодії в навчальному процесі з метою цілісного розв'язання проблеми збереження і зміцнення фізичного, духовного та соціального здоров'я учнів» [175, с. 10]	(Т. Осадченко)

	«процес навчання й виховання, що не наносить прямої або опосередкованої шкоди здоров'ю учнів, створює безпечні й комфортні умови перебування дітей у школі, забезпечує індивідуальну освітню траєкторію дитини, запобігання стресів, перевантаження, втоми вихованців і тим самим сприяє збереженню й зміцненню здоров'я школярів» [93, с. 70]	О. Іонова, Ю. Лукьянова
	«процес збереження і зміцнення здоров'я, спрямований на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості студента, підвищення ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших на основі усвідомлення студентом особистої відповідальності» [186, с. 9]	Ю. Палічук
	«створення умов, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я учасників освіти; результат впливу педагогічних чинників освітнього процесу на збереження здоров'я його суб'єктів; інтегральна характеристика функціонального стану людини за фізичними та психічними показниками; тощо» [135, с. 64]	М. Лехолетова
	«спосіб життєдіяльності людини, який вона усвідомлено обирає й відповідально	Н. Зимівець

	відтворює в повсякденному житті з метою збереження та зміцнення здоров'я»	

На основі зіставлення понять «компетентність», «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «здоров'язбереження» можна сформулювати визначення поняття *«здоров'язбережувальна компетентність»*. Як свідчить термінологічний аналіз дослідницьких джерел, автори різнопланово визначають означене поняття (таблиця 1.2).

Таблиця 1.2

Визначення поняття «здоров'язбережувальна компетентність»

№ з/п	**Визначення**	**Автор**
1.	Здоров'язбережувальна компетентність «передбачає збереження власного фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я і здоров'я свого оточення. Вона включає: життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю (раціональне харчування, рухова активність, санітарно-гігієнічний режим праці та відпочинку); навички, що сприяють соціальному здоров'ю (ефективне спілкування, співчуття, розв'язання конфліктів, поведінка в умовах тиску, погроз, дискримінації, спільна діяльність та співробітництво); навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю (самоусвідомлення та самооцінка, аналіз	Т. Федорченко

	проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей та програм, самоконтроль, мотивація успіху та тренування волі)» [271, с. 16]	
2.	Здоров'язбережувальна компетентність «забезпечує організацію здорового способу власного життя у фізичній, соціальній, психічній та духовній сферах, організацію власної праці й впровадження, реалізацію здоров'язбережувальної функції розвитку учнів, тобто належних умов для нормальної життєдіяльності школярів, оптимального функціонування фізіологічних процесів оволодіння вміннями та навичками турботи про своє здоров'я, а саме: належний повітряний і тепловий режим, достатнє освітлення, зміну різних видів навчальної діяльності, відповідність меблів індивідуальним особливостям учнів, відповідність обсягу змісту відведеному часу на вивчення предмету, часове співвідношення виконання класних і домашніх робіт)» [68, с. 166]	І. Єрмаков
3.	Здоров'язбережувальною компетентністю є «інтегративна якість особистості, у т. ч. сукупність знань про людину та її здоров'я, здоровий спосіб життя; мотиви, що мають екологозберігаючу спрямованість за ставленням до себе та навколишнього світу,	Ю. Лимар

	спонукають до ведення Здорового способу життя; потреба в освоєнні способів збереження свого здоров'я, орієнтованих на самопізнання та самореалізацію» [136, с. 42]	
	Здоров'язбережувальна компетентність є «результатом інтеграції еколого-валеологічної та фізкультурної освіти учнів і виявляється у готовності самостійно вирішувати завдання, пов'язані з підтриманням, зміцненням і збереженням власного здоров'я» [174, с. 40]	В. Оржеховська
	Здоров'язбережувальна компетентність – це «інтегральна якість особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язберігаючої діяльності, що ґрунтується на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення» [3, с. 30; 113, с. 87–89]	О. Антонова, Н. Поліщук
	Здоров'язбережувальна компетентність студентів технічних спеціальностей – це «інтегральна динамічна якість особистості, що проявляється в мотивації, потребах і ціннісних орієнтаціях на здоровий спосіб життя, знаннях про здоров'я та його складові, способи і методи його збереження, зміцнення та відновлення, вміннях регулювати	В. Борисенко

	професійну діяльність з урахуванням можливих шкідливих виливів на власне здоров'я і здоров'я оточення, а також рефлексію по відношенню до здійснення професійної діяльності і власного здоров'язбереження» [17, с. 60]	
	Здоров'язбережувальна компетентність соціальних педагогів – це «наявність емоційної стійкості, високої працездатності, здатність протистояти емоційним перенавантаженням та готовність самовдосконалювати власне здоров'я і створювати здоров'язбережувальне середовище у професійній діяльності» [135, с. 69].	М. Лихолетова

Як видно зі змісту наведених вище визначень, одні автори трактують здоров'язбережувальну компетентність в медико-біологічному аспекті (результат еколого-валеологічної, фізкультурної освіти), інші – в соціальному, соціально-педагогічному [206, с. 185].

При цьому здоров'язбережувальну компетентність зараховують до ключових компетентностей, оскільки здоров'я розглядають як «загальнолюдську цінність, життєвий ресурс і трактують її як інтегративну особистісну властивість, що необхідна для ефективного виконання професійної діяльності. Усі визначення здоров'язбережувальної компетентності враховують специфіку тієї чи іншої професійної діяльності» [17, с. 60].

На основі проведеного аналізу ми схиляємося до думки тих науковців, які дотримуються комплексного підходу та трактують

здоров'язбережувальну компетентність як інтегральну якість особистості [206, с. 185].

Здоров'язбережувальна компетентність охоплює низку життєвих навичок, що сприяють здоровому способові життя. Дослідники пропонують такий перелік компетентностей: життєві навички шодо фізичного, соціального, духовного та психічного здоров'я [3, с. 30–31].

Важливим аспектом дослідження є визначення *структури здоров'язбережувальної компетентності* з метою обґрунтування системи її формування у студентської молоді в умовах закладу вищої освіти, а також успішної діагностики та формування досліджуваного феномену.

Аналіз наукових праць показав, що серед науковців існують різні думки щодо видів компетентності та її структури. Науковці по-різному трактують і саме поняття «структура компетентності», оскільки «структура компетентності залежить від предметної галузі її використання. Відповідно, науковці виокремлюють різні структурні компоненти компетентності» [17, с. 60].

В сучасному науковому дискурсі наявні різні підходи щодо структури здоров'язбережувальної компетентності.

З огляду на визначення, подане у Законі України «Про освіту» (2017, зі змінами), компетентність є «динамічною комбінацією знань, умінь і практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних і громадянських якостей, морально-етичних цінностей, що визначають здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні вищої освіти» [72].

Питання складових здоров'язбережувальної компетентності є предметом досліджень Р. Безрукавого [7], О. Ландо [130], Н. Левінець [131], Н. Поліщук [200] та ін.

О. Ландо у структурі здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя виокремлює такі компоненти: «ціннісно-

мотиваційний (система цінностей, що мотивують до здоров'язбережувальної діяльності), когнітивний (система знань з педагогічних та суміжних дисциплін), операційно-технологічний (уміння здоров'язбережувальної діяльності, використання здоров'язбережувальних технологій), особистісно-етичний (почуття громадянської відповідальності за збереження і зміцнення власного здоров'я і здоров'я учнів) та професійно-педагогічний (професійно-педагогічна підготовка, інтерес до педагогічної діяльності та ін.)» [130, с. 59–60].

В. Борисенко пропонує такі структурні компоненти здоров'язбережувальної компетентності особистості: «особистісний (включає мотиви, цілі, цінності, потреби в здоров'язбереженні, стійкий інтерес до збереження власного здоров'я та ведення здорового способу життя); гностичний (визначається наявністю у студентів знань про здоров'язбереження та здоровий спосіб життя); діяльнісний (характеризується мірою дотримання студентом здорового способу життя та рівнем усталеності навичок власного здоров'язбереження); поведінковий (передбачає наявність прагнень до саморозвитку і самовдосконалення щодо здоров'язбереження, а також рефлексію по відношенню до власного способу життя)» [17, с. 61–62].

На думку О. Шеремети, дослідники до складових здоров'язбережувальної компетентності «зараховують мотиваційну готовність до діяльності із здоров'язбереження, рівень знань, умінь та навичок щодо здоров'язбереження, результати цієї діяльності, здатність оцінювати власний спосіб життя в аспекті здоров'язбереження» [281, с. 58].

Переважно дослідники є одностайними щодо виокремлення у структурі здоров'язбережувальної компетентності таких основних компонентів: особистісний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний.

Отже, на основі аналізу процесу формування

здоров'язбережувальної компетентності, узагальнення праць щодо структури компетентності, з урахуванням особливостей студентського віку визначено *структурні компоненти здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді:*

– *мотиваційний* (охоплює систему мотивів, цілей, цінностей щодо здоров'я, що мотивують молодь до здоров'язбережувальної діяльності, виявляється в інтересі й потребах вести здоровий спосіб життя, в цільовій установці та потребі до здоров'язбережувальної діяльності, дбати про своє здоров'я та здоров'я оточуючих);

– *когнітивний* (охоплює сукупність знань з питань здоров'язбереження та створення здоров'язбережувального середовища, знань про закономірності збереження і розвитку здоров'я, враховує необхідність самоосвіти з питань здоров'язбереження і здорового способу життя);

– *діяльнісний* (охоплює уміння та навички щодо здоров'язбережувальної діяльності, організації здорового способу життя, самовдосконалення здоров'я свого та оточуючих).

– *рефлексивний* (здійснення рефлексії здоров'язбережувальної діяльності та особистісних якостей).

Водночас, визначені нами компоненти взаємопов'язані між собою, поєднані в цілісну інтеграційну схему та є необхідними і важливими в структурі здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

Встановлено, що проблема формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді потребує ґрунтовного розв'язання щодо методологічного, психолого-педагогічного та методичного аспектів. Визначені в дослідженні зміст та структурні компоненти (мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний) здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді є своєрідним орієнтиром, який

актуалізує розроблення критеріально-діагностувального апарату дослідження.

1.3. Особливості волонтерської діяльності як засобу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді

Метою підрозділу є розкриття особливостей одного з ефективних засобів формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді – волонтерства, волонтерської діяльності, волонтерського руху.

Виховати у студента високу вимогливість до себе, вміння вести здоровий спосіб життя і піклуватися про здоров'я своє й інших – одне із завдань вищої школи. Численними дослідженнями встановлено, що існує прямий зв'язок між здоров'ям, способом життя людини і якістю її професійної діяльності [51, с. 168].

Роль волонтерів як повноправних суб'єктів суспільного розвитку у розвитку здоров'язбережувального середовища, формуванні здоров'язбережувальної компетентності визнана на державному рівні, про що свідчать нормативні документи, зокрема Закони України «Про основні засади молодіжної політики» (2021, зі змінами), «Про соціальну роботу з дітьми та молоддю» (2001 р., зі змінами), «Про соціальні послуги» (2003, зі змінами), «Про волонтерську діяльність» (2011, зі змінами), «Про внесення змін до деяких законів України (щодо волонтерської діяльності)» (5 березня 2015 р.) [73].

На думку Т. Лях, в Україні особливість волонтерського руху полягає у тому, що «найчисельнішою групою волонтерів, які працюють у соціальній сфері, є учнівська та студентська молодь. Участь молодих людей у волонтерському русі дає їм змогу зробити особистий внесок у розв'язання соціальних проблем, випробувати свої можливості, беручи

участь у проєктах і програмах соціально-педагогічної спрямованост» [145, с. 3].

Відповідно до аналітичного звіту Робочої групи ООН у справах молоді в Україні «Становище молоді в Україні у 2019 році», сьогодні в Україні «немає жодних уніфікованих статистичних даних щодо молодіжного волонтерського руху, що створює певне потенційне протиріччя між даними різних опитувань. Проте, існує декілька тенденцій, які спостерігаються в останніх дослідженнях та опитуваннях» [251, с. 62].

Одним із основних завдань Державної цільової соціальної програми «Молодь України» на 2021-2025 роки (затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 2 червня 2021 р. № 579) передбачено підвищення рівня культури волонтерства серед молоді. Відповідно з-поміж очікуваних результатів програми – у волонтерській діяльності (у проєктах та заходах) взяли участь понад 2,3% молоді. Також до діяльності волонтерів було залучено фахівців (понад 13 тис. представників організацій), які популяризують волонтерську діяльність, що сприяло підвищенню рівня культури волонтерства серед молодих людей і [52].

Сьогодні поняття «волонтерство» є широко розповсюдженим як у науковому обігу, так і на рівні чинного законодавства, тому «зацікавленість викликає аналіз його використання не тільки в українських нормативно-правових та наукових документах, а і у міжнародних актах та дослідженнях цього явища» [54, с. 492; 239, с. 42].

Участь молодих людей у волонтерській діяльності «дає їм змогу зробити особистий внесок у розв’язання соціальних проблем, випробувати свої можливості, беручи участь у проєктах і програмах соціальної спрямованості щодо формування здоров’язбережувальної компетентності» [145, с. 3]. Тому, як свідчить практика, саме у студентському середовищі

найчастіше створюються та розвиваються молодіжні організації [106, с. 107].

Волонтерський рух серед студентства став рушійною силою у побудові нового соціально-активного суспільства в сучасній Україні. Це пов'язано з тим, що саме студентська молодь займає найбільш активну позицію у всіх сферах суспільного життя [51, с. 168; 110, с. 22].

У волонтерській діяльності молоді люди, перш за все, «зацікавленні у розвитку комунікативних, організаційних умінь та навичок, а також у розвитку лідерських якостей особистості. Дуже часто волонтерами стають, задля формування та розвитку своїх професійних здібностей, які створять можливості у майбутньому стати конкуренто-спроможними та висококваліфікованими спеціалістами» [51, с. 168; 110, с. 22].

Отже, сучасна студентська молодь лише на власних засадах альтруїзму та прагненні до змін впливає на всі соціальні сфери і процеси у суспільстві. Актуальність волонтерської діяльності та її популярність серед студентства пояснюють, насамперед, психофізіологічні особливості, характерні для студентського віку. На думку науковців, навчання у закладі вищої освіти «співпадає з початком періоду зрілості, який характеризується посиленням свідомих мотивів поведінки. Стають більш стійкими такі якості особистості, як цілеспрямованість, рішучість, витримка, наполегливість, принциповість, самостійність, ініціативність, уміння володіти собою. У процесі участі студентів у волонтерському русі ці якості мають змогу розвиватися і сприяти подальшому професійному розвитку майбутніх фахівців, особливо – соціальної сфери» [106, с.77–78; 110, с. 22].

На думку науковців (Р. Козубовський та ін.) студентський колектив – середовище, в якому створено реальні та сприятливі умови щодо формування майбутнього фахівця та особистості: «У студентському колективі на основі взаєморозуміння, взаємоповаги і взаємної

відповідальності виникають сприятливі умови для організації волонтерського руху, гармонізації особистих і суспільних інтересів, професійного становлення студентів і ефективного формування у них професійної спрямованості» [106, с. 78].

З-поміж функцій, які виконує у волонтерському русі колектив, виокремлюють такі:

«− організаційну, оскільки є організатором життя і діяльності студентів; студенти самі планують і реалізують свої плани, підводять підсумки, аналізують результати діяльності;

− комунікативну, тому що спілкування є одним з важливих факторів життєдіяльності колективу, при цьому між студентами встановлюються вибіркові особистісні і ділові відносини, які можуть бути більш або менш тривалими;

− виховну, оскільки колектив створює свій моральний мікроклімат, є носієм моральних, політичних, естетичних цінностей і переконань, завдяки чому виявляє виховний вплив на студентів;

− професійну, оскільки студенти-волонтери навчаються у закладі вищої освіти і професійна спрямованість проявляється у формуванні в них інтересу до майбутньої діяльності через волонтерську роботу;

− стимулюючу, яка забезпечує формування значимих для студентів стимулів до участі у волонтерській діяльності, регулює взаємовідносини і поведінку студентів, стимулює розвиток їх активної позиції» [106, с. 78; 110, с. 23].

Волонтерство – один із видів «залучення молоді до відстоювання активної громадянської позиції, який дозволяє проявити максимально свої здібності та вміння, завдяки яким можна допомогти іншим людям у вирішенні їх проблем. Молоді люди гостро бачать соціальну несправедливість; розшарування суспільства; оточуючих людей, які

потребують допомоги, і, головне, мають сили та натхнення своїми діями допомогти іншим» [106, с. 78].

Водночас, волонтерська діяльність – це шлях самопізнання і самоперевірки для різних категорій волонтерів: «Наприклад, люди, які мають більший життєвий досвід, можуть бути цінними кадрами для проведення того виду діяльності, в якій у них є знання. Однак, основним мобілізаційним середовищем волонтерства найбільш численною категорією волонтерів в Україні є молодь, зокрема студентство» [239, с. 4; 109, с. 185].

Окремим напрямом волонтерської діяльності студентської молоді є організація та проведення цілого спектру заходів, спрямованих на формування здоров'язбережувальної компетентності – «інтегральну якість особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язберігаючої діяльності, що ґрунтується на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення. Вона охоплює низку життєвих навичок (компетентностей), що сприяють здоровому способові життя» [86, с. 30; 109, с. 185].

Волонтер (франц. *volonte* – воля, бажання; латин. *voluntaries* – доброволець) – це добровільний виконавець благодійної, неприбуткової, вмотивованої суспільно корисної діяльності [259, ст. 309; 54, с. 491].

На основі аналізу історичної, соціально-педагогічної літератури дослідниками визначено, що «волонтерство є важливим напрямом соціального розвитку як у зарубіжних країнах, так і в Україні» [145, с. 16]; «діяльністю, яку у різних соціальних колах називають волонтерською, люди займалися з давніх часів» [54, с. 491].

На розвиток милосердя та благодійності, що передбачає «любов у дії», суттєво вплинуло прийняття християнства на Русі: «благодійність князів Київської Русі, козацтва, сільської громади, видатних українських

меценатів та благодійників стали фундаментом для зародження та розвитку волонтерства» [145, с. 17].

На основі наведених фактів науковці стверджують, що «волонтерська робота з'явилася в XIX ст. в часи поширення суспільної благодійності, кульмінацією якої став рух сеттльмент-центрів, у яких зародилися окремі напрями та форми соціальної роботи. А самі сеттльменти стали прабатьками багатьох сучасних інституцій, які успішно функціонують у територіальних та етнічних громадах різних країн» [230, с. 57].

На Всесвітній конференції волонтерів (Париж, 1990 р.) було прийнято першу Загальну декларацію волонтерів [69] – ключовий документ щодо визначення сутності волонтерства:

«1) на рівні суб'єктів (індивідуально-особистісний рівень) підкреслюється осмислений і усвідомлений вибір діяльності;

2) на рівні спільноти (соціальний рівень) – позитивна орієнтація на солідарність, об'єднання з іншими людьми на спільну діяльність з метою поліпшення якості життя;

3) на рівні суспільства (соцієтальний рівень) – значущість збалансованого економічного і соціального розвитку» [54, с. 492].

У декларації 2001 р., прийнятій на конференції в Амстердамі, зазначено, що «у волонтерстві можуть виявлятися й підсилюватися спільність, піклування, служіння, несення суспільної відповідальності, навчання та розвиток; волонтерство може скріплювати суспільство та вирішувати його проблеми. Документ підтримує право на волонтерську діяльність для всіх чоловіків, жінок та дітей, незалежно від їхньої раси, віросповідання, фізичних особливостей, соціального та матеріального становища» [300; 54, с. 492].

Волонтерство трактується як «традиційні форми взаємодопомоги та самодопомоги, офіційне надання послуг та інші форми громадської участі

в економічному та соціальному розвитку, що приносять користь суспільству загалом, громадам і самим добровольцям» [54, с. 492]; «важливий компонент будь-якої стратегії, спрямованої на скорочення масштабів жебрацтва, сталий розвиток, зміцнення здоров'я, запобігання стихійним лихам, на управління і соціальну інтеграцію (подолання соціального відчуження і дискримінації)» [54, с. 493] (резолюція Генеральної асамблеї ООН).

Дослідниками виявлено провідні тенденції розвитку діяльності волонтерів за рубежем на основі аналізу діяльності неурядових організацій у різних країнах:

«– паритетна основа побудови відносин громадських організацій з державою;

– пріоритетність волонтерської праці для успішного виконання соціально значущих програм;

– інтеграція зусиль волонтерів різних суспільних організацій;

– самофінансування діяльності громадських організацій у галузі соціального обслуговування населення за наявності державної підтримки;

– створення національних ресурсних центрів для громадських організацій» [141].

В Україні волонтерство набуло активного поширення в 90-х рр. XX ст. [145, с. 8]. На державному рівні волонтерську діяльність визнано постановою Кабінету Міністрів України «Про затвердження Положення про волонтерську діяльність у сфері надання соціальних послуг» від 10 грудня 2003 року. 2011 року Верховна Рада ухвалила Закон України «Про волонтерську діяльність», відповідно до якого волонтер – «фізична особа, яка добровільно здійснює соціально спрямовану неприбуткову діяльність шляхом надання волонтерської допомоги» [78] (стаття 7).

Роль волонтерів і волонтерства на державному рівні також визначено також у законах України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та

молоддю» (2001, зі змінами) [77], «Про соціальні послуги» (2019, зі змінами) [76; 54, с. 492], та ін.

Волонтерство як механізм соціальної політики держави – діяльність за своєю природою просоціальна, «оскільки включаючись у волонтерську діяльність, людина добровільно прагне вплинути на трансформацію сучасного суспільства, зробити його кращим. Молодь – традиційно найбільш соціально активна демографічна група, яка може стати (і в окремих випадках так і є) основою великомасштабного волонтерського руху» [229, с. 114].

З метою узгодження ключових понять дослідження нами здійснено *понятійно-категорійний аналіз* проблеми волонтерства як засобу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

Першим проаналізовано сутність поняття *«волонтер»*.

Так, відповідно до Закону України «Про волонтерську діяльність» (2011, зі змінами) волонтера визнано як «фізичну особу, яка добровільно здійснює соціально спрямовану неприбуткову діяльність шляхом надання волонтерської допомоги» [78].

На думку Т. Лях, волонтер – це особа, яка «добровільно здійснює благодійну, неприбуткову та вмотивовану діяльність, що має суспільно корисний характер» [145, с.16].

Відповідно до «Великого тлумачного словника сучасної української мови» (2009) волонтер (заст.) – «той, хто став на військову або іншу державну службу за власним бажанням, доброволець» [26, с. 201].

У «Тлумачному словнику-мінімуму із соціальної педагогіки та соціальної роботи» (2017) подано таке визначення: «Волонтер – фізична особа, яка добровільно здійснює благодійну, неприбуткову і вмотивовану діяльність, що має суспільно корисний характер» [263, с. 20].

Нами узагальнено різні підходи до визначення поняття «волонтер» у сучасному науковому дискурсі (таблиця 1.3).

Таблиця 1.3

Визначення поняття «волонтер»

№ з/п	Визначення	Автор
1.	Волонтер – це «передусім добра, милосердна людина, яка володіє неабиякими комунікативними навичками і приваблює до себе людей, розуміє проблеми оточуючих та співчуває їм, має бажання безкорисливо допомагати вирішувати проблеми інших людей. Крім того, волонтер характеризується порядністю, уважністю, відповідальністю, відвертістю зі своїми клієнтами» [31, с. 52]	О. Безпалько, Н. Заверико, І. Звєрєва
2.	Волонтери – «найактивніші представники різних груп населення, які бажають своєю працею та участю надати дієву підтримку в становленні демократії в Україні, зробити конкретний внесок у поліпшення становища маргінальних груп чи в розвиток соціальної і культурної сфери» [50, с. 11]	М. Дейчаківський
3.	Волонтер – це «громадянин, який вільно, а не для того, щоб продемонструвати свої моральні зобов’язання чи законні обов’язки, керується ідеєю суспільної та приватної солідарності. Волонтер, який одного разу продемонстрував свою здатність виконувати громадянські та власні обов’язки, надалі переходить у цілковите розпорядження суспільства, сприяє вирішенню суспільних	Л. Романкова

	проблем і надає пріоритет турботі про бідних та знедолених» [230, с. 57].	

Соціально-педагогічно зорієнтований підхід став основою визначення поняття *«волонтерство», «волонтерська діяльність»* (таблиця 1.4) [110, с. 22].

Таблиця 1.4

Визначення понять
«волонтерство», «волонтерська діяльність»,
«волонтерська робота»

№ з/п	Визначення	Автор / джерело
1.	Волонтерство – «добровільний вибір, який виражає особистісні погляди і позицію; передбачає активну участь громадянина в громадському житті; сприяє покращенню якості життя, поглибленню солідарності між людьми; зумовлює реалізацію основних людських потреб на шляху побудови більш справедливого суспільства; сприяє більш збалансованому економічному і соціальному розвитку; виражається зазвичай у спільній діяльності в рамках різних асоціацій тощо» [60, с. 234; 69]	Загальна декларація волонтерів (Париж, 1990)
2.	Волонтерська діяльність – це «добровільна, соціально спрямована, неприбуткова діяльність, що здійснюється волонтерами шляхом надання волонтерської допомоги» [78]	Закон України «Про волонтерську діяльність» (2011, зі змінами), ст. 1
3.	Волонтерська діяльність – це «добровільна	Т. Крижановська

	неприбуткова діяльність фізичних осіб – волонтерів, яка спрямована на надання допомоги особам, що перебувають у складних життєвих обставинах та потребують сторонньої допомоги, і сприяє самореалізації волонтера» [127, с. 123]	
4.	Волонтерська діяльність – це «доброчинна діяльність, яка здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної плати, без просування по службі, заради добробуту і процвітання спільнот і суспільства в цілому» [79, с. 3]	І. Звєрєва
5.	Волонтерство – це: – «доброчинна діяльність, що здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної платні, просування по службі, заради добробуту й процвітання спільнот і суспільства у цілому» [145, с. 8]; – «добровільна діяльність, заснована на ідеях безкорисливого служіння гуманним ідеалам людства без отримання прибутку, одержання оплати або кар'єрного зростання» [145, с. 8]; – «отримання всебічного задоволення особистих і соціальних потреб шляхом надання допомоги іншим людям; основа функціонування громадських організацій, форма громадянської активності населення; національна ідея милосердя та	Т. Лях

	благодійності» [145, с. 8; 110, с. 23].	
6.	Волонтерство – «добровільна робота на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної плати, без просування по службі; спрямована на добробут і процвітання спільнот та суспільства в цілому… Волонтерство – елемент особистісного розвитку, набуття нових знань і навичок, удосконалення здібностей, стимулювання ініціативи та творчості» [145, с. 46; 110, с. 24].	«Словник-довідник для соціальних педагогів та соціальних працівників» (за редакцією А. Капської, 2000)
7.	Волонтерство – це: – «особлива форма спонтанного самовиявлення вільних громадян і добровільно сформованих ними для обстоювання власних інтересів організацій та об'єднань в усіх сферах життя суспільства і як певну систему відносин, яка склалась для досягнення певної спільної мети – реалізації власних бажань, себе через надання безкорисливої допомоги іншим» [141]; – «можливість соціального самоствердження, але не єдина, тому хтось залишається надовго, а для когось – це один з апробованих та залишених варіантів, тому, частка «затриманих» залежить від серйозності підходу дорослих до діяльності волонтерів-підлітків. Для них дуже важлива увага до роботи, яку вони виконують, рівні	О. Лозовицький

	права у стосунках із старшими, оцінка не лише з боку дорослих, але й однолітків. Саме визнання їхньої роботи в очах однолітків стає визначним у вирішенні питання продовжувати волонтерську роботу чи ні» [141]; – «ефективний засіб неформальної освіти, оскільки як діяльність воно «потребує від добровольців не лише бажання та наявності вільного часу, а й певних знань з психології, соціальної педагогіки, соціальної роботи, соціології. медицини, юриспруденції тощо; волонтери повинні володіти навичками спілкування з різними прошарками населення, знайомитись з кращим, як вітчизняним, так і зарубіжним досвідом роботи» [141].	
8.	Волонтерство – «діяльність на основі доброї волі, за якої доброволець частину свого вільного (особистого) часу, сил, енергії, знань, досвіду добровільно (без примусу та вказівок «згори») витрачає на здійснення діяльності, яка приносить користь людям і суспільству загалом» [145, с. 50; 110, с. 24].	«Словник-довідник із соціальної роботи» (М. Букач, Н. Клименюк, В. Горлачук, 2015)
9.	Волонтерська робота – це «доброчинна діяльність, яка здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної плати, без просування по	Навчальний посібника «Соціальна робота в Україні»

	службі, заради добробуту та процвітання спільнот і суспільства в цілому. Людину, яка добровільно надає безоплатну соціальну допомогу та послуги інвалідам, хворим, особам і соціальним групам, що опинилися в складній життєвій ситуації, називають волонтером» [245, с. 39].	(І. Звєрєва, О. Безпалько та ін.)

У міжнародному праві волонтерство – це «участь добровольців – іноземних громадян у воєнних діях на боці жертв агресії або народу, що веде збройну боротьбу за свободу і незалежність проти іноземного гноблення» [26, с. 201; 110, с. 29]. Тому, з-поміж перспективних напрямів подальших досліджень – розвиток волонтерства як важливої складової добровольчого сектора в умовах розвитку громадянського суспільства [110, с. 30].

Отже, проаналізувавши наукові, навчально-методичні джерела, словники-довідники тощо, підтримуємо думку науковців, які вважають, що терміни «волонтер», «волонтерство», «доброволець» часто ототожнюють у такому значенні: «той, хто вступає в армію з власного бажання, добровільно. // Той, хто з власної волі береться за виконання яких-небудь обов’язків, якоїсь роботи; волонтер» [26, с. 307] («Великий тлумачний словник сучасної української мови», 2009).

Т. Лях на основі понятійного аналізу виокремлює такі особливості волонтерства:

«– воно має бути неприбутковим, добровільним та корисним окремій особі, групі або суспільству загалом;

– волонтерство є способом підтримки, піклування, надання допомоги членам громади; взаємодії між людьми для спільного вироблення нових шляхів вирішення проблем, які виникають;

– воно створює можливості для навчання та розвитку впродовж життя кожної людини» [145, с. 8–9].

Остання особливість волонтерської діяльності, на нашу думку, є важливою для формування здоров'язбережувальної компетентності особистості молодої людини як «інтегральної якості особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язбережувальної діяльності, що ґрунтується на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення» [2, с. 6; 110, с. 25].

Волонтерство є різним за специфікою – організоване або неорганізоване, індивідуальне або групове, в громадських або приватних організаціях; тощо [239, с. 42].

Серед *основних рис волонтера* науковці виокремлюють такі: «це особа, або група осіб, які діють з власної волі, за покликом серця і за власним вибором; це особа, або група осіб, які не вимагають і не очікують за свою роботу винагороду; це особа, або група осіб, діяльність яких не сприяє їх кар'єрному просуванню, але вмотивована суспільно корисним характером; це особа, яка у волонтерстві вбачає елемент особистісного розвитку, набуття нових знань і навичок» [239, с. 42] (Я. Слуцький).

У контексті тематики нашого дослідження потребує конкретизації поняття «*студентська волонтерська група*».

У своєму дослідеженні Т. Лях на основі аналізу психологічних та соціологічних праць В. Андрієнко, Ф. Ануфрієва, Л. Орбан-Лембрик, Т. Шибутані доводить, що студентська волонтерська група є різновидом малих соціальних груп – «невелика за чисельністю спільнота студентів, що діє на доброчинних засадах, об'єднана певною діяльністю та утворена при державній чи неурядовій організації» [145, с. 9].

Студентська волонтерська група як і будь-яка мала соціальна група є різнорівневим та різновекторним утворенням, про що свідчать різні підходи науковців, як зарубіжних, так і вітчизняних, до класифікації волонтерських груп [110, с. 26].

На увагу заслуговує класифікація, запропонована Т. Лях, яка виокремлює такі види студентських волонтерських груп:

«– за приналежністю до організації (волонтери державної організації, волонтери громадської організації, волонтери вищого навчального закладу);

– за досвідом волонтерської роботи (волонтери без досвіду, волонтери з незначним досвідом, волонтери з достатнім досвідом);

– за тривалістю волонтерської роботи (волонтери, які працюють тривалий проміжок часу (понад 6 місяців); сезонні волонтери (працюють час від часу); волонтери, які працюють короткий проміжок часу (менше 6 місяців);

– за складом волонтерської групи (волонтери-студенти спеціальностей «Соціальна педагогіка»/»Соціальна робота», волонтери-студенти спеціальності «Практична психологія», волонтери-студенти медичних вищих навчальних закладів, волонтери-студенти інших вищих навчальних закладів, змішані студентські волонтерські групи із представників різних вищих навчальних закладів)» [145, с. 9; 110, с. 26].

На нашу думку, з-поміж класифікаційних ознак можна додати поділ волонтерських груп, формувань за територіальною приналежністю (всесвітні, всеукраїнські, регіональні) та за провідним (домінуючим) напрямом діяльності [110, с. 26].

Підтвердженням цього є шляхи організації волонтерської діяльності, виокремлені О. Лозовицьким: «надання допомоги особам, які перебувають у складних життєвих обставинах: за місцем проживання особи; у стаціонарних інтернатних установах та закладах; у реабілітаційних

установах та закладах; в установах та закладах денного перебування; у територіальних центрах соціального обслуговування; в установах та закладах тимчасового або постійного перебування та в інших закладах – соціальної підтримки або догляду; залучення пенсіонерів, дітей та молоді до участі у волонтерській діяльності; встановлення зв'язків з міжнародними волонтерськими організаціями» [141].

Основні напрями волонтерської діяльності є наступною складовою термінологічного аналізу, що свідчить про різні підходи науковців до висвітлення означеного питання (Т. Алєксєєнко, О. Безпалько, Н. Заверико, І. Звєрєвої, А. Капської, Г. Лактіонової, Т. Лях, С. Савченка та ін.) [110, с. 27].

Зокрема, заслуговує на увагу класифікація напрямів волонтерської діяльності, запропонована О. Лозовицьким: соціально-реабілітаційна робота, попередження і подолання негативних явищ у молодіжному середовищі; соціальна опіка і соціальний захист соціально незахищених груп молоді; соціальний розвиток молоді та її інтеграція у суспільство [141].

Зокрема, Т. Лях відповідно до мети та основних завдань визначає такі напрями роботи студентів-волонтерів: «профілактичний; інформаційно-просвітницький; рекреативний; соціально-рекламний; реабілітаційний; соціально-побутовий; охоронно-захисний; діагностико-корекційний; фандрейзинговий» [145, с. 9]. Саме така класифікація, на нашу думку, є найбільш оптимальною для характеристики студентського волонтерського руху в сучасних умовах. Запропонованим переліком ми будемо користуватись у контексті дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності як інтегральної якості особистості, що формується у процесі реалізації кожного з означених напрямів волонтерської діяльності [110, с. 28].

Діяльність волонтерських організацій є ресурсом покращення соціальної роботи з молоддю, молодими сім'ями, молодими людьми з обмеженими можливостями, сиротами, позбавленими батьківського піклування, тощо [141]. Насамперед, це стосується популяризації здорового способу життя серед молоді України [110, с. 28].

Прикладом системної організації та проведення цілого спектру заходів, спрямованих на формування здоров'язбережувальної компетентності, є діяльність студентських волонтерських груп, соціально-психологічних служб та інших формувань, що успішно діють в закладах вищої освіти та інших соціальних структурах.

РОЗДІЛ 2

ДІАГНОСТИКА СФОРМОВАНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОЦЕСІ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

2.1. Стан формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді

Здоров'язбережувальна компетентність є необхідною умовою загального та професійного розвитку сучасної молодої людини. Тому, наявність компетентності в здоров'язбереженні – запорука здатності майбутнього фахівця здійснювати неперервне професійне самовдосконалення.

На думку дослідників, «для профілактики та попередження негативного впливу зазначених факторів на професійну діяльність та здоров'я, необхідно формувати у молодої людини навички збереження і зміцнення здоров'я, зокрема під час професійної підготовки у закладі вищої освіти» [135, с. 58].

При цьому у сучасних дослідженнях (М. Лехолєтова та ін.) акцентовано, що «здоров'язбережувальна діяльність майбутніх фахівців буде залежати не тільки від їх фізичної, психічної стійкості, а й від притаманних їм професійно важливих якостей, властивостей та особистісних характеристик» [135, с. 68–69]. Набуття здоров'язбережувальної компетентності зумовлене необхідністю «ефективного здійснення здоров'язбережувальної діяльності, збереження та зміцнення власного здоров'я через специфіку майбутньої професії (високою відповідальністю, наявністю емпатії, постійні стресові ситуації, перевантаження, конфлікти, що з часом призводить до різних захворювань

психосоматичного характеру, виникнення раннього професійного вигорання)» [135, с. 68–69].

Актуальність досліджуваної проблеми викликає, насамперед, потребу у з'ясуванні стану формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді з метою виявлення так званих сильних і слабких сторін, а також пошуку перспективних напрямів розвитку в означеному напрямі [207, с. 273].

Щодо поняття *«формування»* як ключової категорії у дослідженні, з'ясовано, що у педагогіці сутність поняття «формування» науковці визначають як «надання певної форми, завершеності процесу становлення особистості, досягнення нею рівня зрілості та стабільності, як процес становлення людини як соціальної істоти під впливом різноманітних чинників – соціальних, економічних, ідеологічних, психологічних, педагогічних тощо» [289, с. 31; 207, с. 273].

У «Новому тлумачному словнику української мови» (2007 р.) термін «формувати» визначено як «надавати чому-небудь певної форми, вигляду тощо; надавати чому-небудь завершеності, визначеності» [289, с. 666].

Зокрема, О. Шеремета формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів трактує як «науково обґрунтовану організацію педагогічного процесу в закладі вищої освіти із специфічними умовами навчання для досягнення необхідного результату – сформованості всіх складових здоров'язбережувальної компетентності» [281, с. 3; 201, с. 262]

Т. Миронюк вважає, що під поняттям «формування здоров'язбережувальної компетентності» позначено «цілеспрямований процес засвоєння студентами знань про здоров'я як найважливішу цінність життя, набуття вмінь аналізувати, оцінювати, контролювати свою активність зі здоров'язбереження, а також досвіду оздоровчих дій; процес розвитку особистісних якостей на основі організації системи заходів, що

враховує найважливіші характеристики освітнього середовища з точки зору його впливу на актуалізацію суб'єктності студента для збереження та зміцнення свого здоров'я» [154, с. 19].

Однак, як свідчить проведений аналіз наукових джерел, переважна більшість дослідників розглядають формування здоров'язбережувальної компетентності особистості, студентської молоді в площині освітнього процесу з акцентом на навчальній (аудиторній) складовій. Щодо використання ресурсу виховної, позааудиторної роботи – цей аспект залишається недостатньо дослідженим.

Стан формування здоров'язбережувальної компетентності населення загалом та студентської молоді зокрема залежить, насамперед, від державної політики в означеному напрямі, соціальної молодіжної політики з питань здоров'язбереження молоді як стратегічно важливої групи суспільства [207, с. 274]. Мета державної політики – «створення умов для збереження і зміцнення здоров'я людини як найвищої соціальної цінності, а також підвищення рівня фізичного, духовного здоров'я, психологічного та соціального благополуччя шляхом пріоритетності здорового способу життя як основного чинника відновлення здоров'я, його збереження та зміцнення» [249, с. 461–462].

В основі державної політики – науковий підхід, принцип «здоров'язбереження у всіх політиках», а саме: «орієнтація на здорову людину, доступність профілактичних заходів, об'єктивність, спільна відповідальність, дотримання і виконання оздоровчих заходів протягом усього життя, спільна цінність здоров'я, реалізація внутрішньої гармонії фізичного, духовного, психічного стану людини, спрямованість на комплексну оцінку резервних можливостей організму здорової людини, поступовість, економічна доцільність, координація, партнерство, новий гуманізм» [249, с. 462].

Державна політика здоров'язбереження – це:

– «система принципів та напрямів діяльності держави у сфері збереження і зміцнення здоров'я та забезпечення безпеки України» [249, с. 463];

– «політика здоров'язбереження є складовою державної політики громадського здоров'я» [249, с. 463];

– «запровадження політики здоров'язбереження дає можливість сформувати новітнє світобачення, що зміщує центр уваги на гармонію людини, довкілля та соціуму шляхом формулювання нової місії людини – бути здоровою, а відтак щасливою та успішною» [250, с. 39];

– «політика здоров'язбереження має спиратися на європейську людиноцентричну систему цінностей» [249, с. 464].

Важливою метою політики здоров'язбереження є здорова людина. Тому, концепція здорової людини включає: «по-перше, розуміння людиною соціальної цінності здоров'я, фізичного, духовного і соціального благополуччя, що забезпечує повноцінне виконання трудових, психічних і біологічних функцій при максимальній тривалості життя, а також нерозривного зв'язку з природою; по-друге, світоглядну орієнтацію людини, усвідомлення нею своєї ролі й значення для держави і суспільства. У цьому сенсі капітал здоров'я справляє потужній вплив на продуктивність праці і відповідно на динаміку соціально-економічного розвитку держави» [250, с. 465].

Цінність здоров'я людини визначається тим, що «воно займає найвищу позицію в ієрархії людських потреб; цінність здоров'я людини є однією з пріоритетних цінностей цивілізованого суспільства (це обумовлено тим, що реалізувати свій інтелектуальний, моральний, фізичний і репродуктивний потенціал може тільки здорова людина); достатній рівень здоров'я і фізичного розвитку є передумовою до творчої активності і найбільш повного самовираження особистості» [100, с. 74].

На думку дослідників, здорова та фізично розвинена молода людина «здатна вирішувати найскладніші завдання, які ставить перед нею сучасне суспільство. Повноцінно здорова молодь є, без сумніву, стратегічним базисом сучасної держави. Однак рівень здоров'я, фізичний і функціональний стан дітей та молоді – особливий біль і турбота нашого суспільства» [100, с. 75].

За даними соціологічних опитувань, стан фізичного розвитку і здоров'я дітей та молоді постійно перебуває в центрі уваги громадськості. За даними МОЗ України, «тільки 5–8% випускників шкіл сьогодні є практично здоровими, 80–85% школярів хронічно хворі, 50–55% мають морфо-функціональні відхилення, понад 40% страждають різними нервово-психологічними розладами» [128, с. 75].

Здоров'я людини – це не лише добрий фізичний стан, а й психоемоційна врівноваженість, духовне та соціальне благополуччя: «Це складний феномен глобального значення, що на 10 % залежить від рівня медицини, на 20 % – від стану екології, ще на 20 % – від спадковості і на 50 % – від способу життя» [82].

Відповідно до статистичних даних, стан здоров'я сучасних студентів надзвичайно низький: на 100 обстежених припадає понад 90 випадків порушень здоров'я різного ступеня. Понад 15 % студентів закладів вищої освіти належать до спеціальної медичної групи, а в окремих закладах відсоток таких студентів сягає до 40. Показники стану здоров'я студентів щороку погіршуються в середньому на 10–15 %, знижується рівень фізичного та психічного здоров'я абітурієнтів і студентів, зростає кількість захворювань шлунка, серцево-судинної, дихальної, нервової систем, зазнають нівеляції соціально-культурні цінності фізичного виховання; 55–75 % сучасних першокурсників закладів вищої освіти «аномальні» за станом здоров'я. За час навчання у закладах загальної середньої і вищої освіти молоді люди втрачають щонайменше третину свого здоров'я:

«погіршуються зір, слух, постава; зростає кількість випадків невротичних розладів, захворювання різних систем організму. Спостерігається регіональна диспропорція захворюваності (у 2,1 рази) і поширеності хвороб (у 2,4 рази). Структура захворюваності молоді має свої особливості й визначається специфікою життєдіяльності людини у віці 15–35 р. У цей період завершується формування організму, становлення репродуктивної функції. Саме в цьому віці здебільшого відтворюються нові покоління. Для молодіжного середовища, більш ніж для інших категорій населення, характерні захворювання, переважно пов'язані із способом життя (венеричні, СНІД, наркоманія, токсикоманія, куріння, вживання алкоголю, гіподинамія тощо)» [82].

Тому, з-поміж важливих соціальних проблем сучасного суспільства – зниження стану здоров'я студентської молоді: «За останні роки визначилась катастрофічна тенденція росту кількості студентів з відхиленням в стані здоров'я і його низьким рівням. За період навчання стан здоров'я студентів також погіршується. Цьому сприяє зростаюче статичне і психоемоційне напруження процесу навчання, впровадження гаджетів і девайсів як в освітній процес, так і в повсякденне життя» [82].

Одним із стратегічних завдань освіти є «виховання у молоді відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до вищої індивідуальної та суспільної цінності. Проблематика збереження здоров'я все частіше визнається однією з пріоритетних галузей наукового знання і за своєю практичною значимістю та актуальністю є однією з найскладніших проблем сучасних наук: медицини, психології, педагогіки, соціальної роботи тощо» [100, с. 75].

Теоретики і практики одностайні в думці про те, що «важливим напрямком діяльності сучасних закладів освіти є пошук нових форм і методів зміцнення здоров'я студентів у процесі їх навчання і виховання, впровадження в навчально-виховний процес здоров'язбережувальних

технологій, спрямованих на підвищення свідомого ставлення студентів до свого здоров'я, формування у них мотивації до збереження власного здоров'я та здоров'я оточуючих» [100, с. 75].

Актуальність широкого обговорення всього спектра питань, що стосуються збереження здоров'я та формування здорового способу життя молоді, зумовлена, передусім, незадовільним станом здоров'я молодого покоління України і тим, що ситуація у цій сфері попри значні зусилля держави, які докладалися впродовж останніх років, не зазнала істотних змін на краще.

Тому, життєво необхідною є розробка нових теоретичних і практичних підходів до вирішення проблеми здоров'я молоді відповідно до нових соціально-економічних умов, нової соціальної молодіжної політики. Невирішеність таких важливих питань призводить до виникнення всіх похідних проблем: недосконаліть і неефективність організації, перевага застарілих та неприйняття нових форм і методів, непідготовленість кадрів до роботи в нових реаліях тощо.

Кращий досвід, набутий у ряді розвинутих країн, пропонує ефективний підхід щодо збереження і зміцнення здоров'я населення: формування здорового способу життя. Цей підхід передбачає «застосування цілеспрямованої системи дій, яка має власну теорію, методологію, перевірені стратегії та методи практичної роботи» [97, с. 100].

Зокрема, досвід Канади був апробований у м. Києві фахівцями Українського інституту соціальних досліджень (1998-2002 рр.) у межах українсько-канадського проєкту «Молодь за здоров'я», за результатами реалізації якого було апробовано багаторівневу міжсекторальну модель формування здорового способу життя молодого покоління «Молодь за здоров'я» [284].

Перший досвід виявився вдалим, і з 2003 р. Центр формування

здорового способу життя, створений в Українському інституті соціальних досліджень у ході реалізації українсько-канадського проєкту, розгорнув роботу щодо впровадження київської моделі в чотирьох містах і селах Рівненської та Черкаської областей з метою адаптації в умовах різних регіонів і напрацювання достатнього досвіду для створення національної системи формування здорового способу життя молоді та її поширення в масштабах країни. Успіх цієї роботи значною мірою залежав від наявності підготовлених кадрів – регіональних команд фахівців, які спроможні впроваджувати формування здорового способу життя в областях, містах і селах України, самостійно розробляти та здійснювати окремі заходи й цілісні проєкти, аналізувати, систематизувати й узагальнювати напрацьоване, передавати ці знання іншим людям.

Упродовж 2003-2005 р. у Черкаській області зреалізовано наступний Українсько-канадський проєкт «Молодь за здоров'я – 2», мета якого – сприяння розробці ефективної політики, спрямованої на формування здорового способу життя української молоді та дітей. Для успішної реалізації проєкту в області було обладнано три ресурсних центри (обласний, Шполянський міський та Матусівський сільський), за кошти Канадського товариства міжнародної охорони здоров'я закуплено офісні меблі, оргтехніку, книги, оформлено підписку на газети та журнали тощо [284].

У межах Українсько-канадського проєкту щорічно проводилися дослідження впливу оточуючого середовища на дітей і молодь, на формування у них здорового способу життя. Зокрема, ця робота присвячена дослідженню, спрямованому на аналіз ставлення молодих людей та підлітків до власного здоров'я; визначення рівня їхньої обізнаності з актуальних питань сьогодення [284].

Наведені приклади свідчать про існування різних моделей щодо здоров'язбережувальної роботи, реалізація яких можлива «за умови запровадження концепції формування здорового способу життя шляхом

визнання здоров'я населення як цінності стратегічного потенціалу держави та фактору національної безпеки» [284].

Такий підхід було закладено в основу низки стратегічних документів, що визначають політику держави щодо формування здорового способу життя: Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (2016 р.); Концепція розвитку системи громадського здоров'я (2017 р.) та ін. [275; 207, с. 279].

Зокрема, фундаментом для реалізації «Національної стратегії формування здорового способу життя дітей та молоді на період до 2025 року» є впровадження трирівневого підходу:

«1) нормативно-методичне забезпечення координованої та ефективної взаємодії на рівні держави усіх суб'єктів державного, громадського та приватного сектору;

2) створення умов для збереження здоров'я і дотримання здорового способу життя дітей та молоді на рівні громади;

3) формування особистісного відповідального підходу й поведінки дітей та молоді щодо збереження власного здоров'я та дотримання здорового способу життя» [166; 207, с. 80].

Отже, зараз, як ніколи, гостро постало питання здорового способу життя, духовного відродження й відмови від шкідливих звичок. Сучасні дослідження якраз і стосуються проблем здорового способу життя підлітків і молоді, їх розуміння цієї необхідності, їх ставлення до власного здоров'я. Дослідженнями передбачається розглянути соціальне та локальне оточення дітей та молоді, сприйняття молоддю соціальних проблем українського суспільства, чинники впливу на здоров'я людини та формування здорового способу життя, роль батьків та оточення у формуванні особистості, добробут, особливості харчування, умови проживання молоді, місце й роль дозвілля в житті молодих людей, жорстокість і насильство в дитячому та молодіжному середовищі, визначити обізнаність молоді щодо шкідливих звичок (алкоголізму,

наркоманію, тютюнопаління тощо), моделі сексуальної поведінки, ставлення молоді до проблеми ВІЛ СНІДу тощо.

Вирішення проблеми формування здорового способу життя серед молоді передбачає комплексного підходу – міжгалузеву співпрацю усіх управлінських структурних підрозділів із широким залученням та громадського сектору та закладів освіти.

Саме на ЗВО як середовище професійного та особистісного зростання молодої людини, покладається відповідальна місія щодо формування здорового способу життя в цілому та формування здоров'язбережувальної компетентності як необхідної умови загального та професійного розвитку сучасної молодої людини [207, с. 80].

З метою з'ясування стану формування здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді нами проаналізовано приклади аудиторної та позааудиторної роботи в означеному напрямі в окремих ЗВО України [207, с. 80].

Аналіз *аудиторної роботи* здійснено крізь призму змісту навчальних дисциплін так званого здоров'язбережувального спрямування [207, с. 81].

Здійснивши скринінг освітніх програм, що реалізуються в Уманському державному педагогічному університеті імені Павла Тичини, виокремлюємо такі освітні компоненти, спрямовані на формування здоров'язбережувальної компетентності особистості:

– *перший (бакалаврський) рівень вищої освіти*: «Основи здорового способу життя», «Організація і методика краєзнавчо-туристичної діяльності», «Лікувальна фізична культура», «Фізіологічні основи фізичних вправ», «Вікова фізіологія, шкільна гігієна», «Основи медичних знань», «Безпека життєдіяльності» (Освітньо-професійна програма «Середня освіта (Фізична культура)». УДПУ імені Павла Тичини*)* [178];

– *другий (магістерський) рівень вищої освіти*: «Фізіологія рухової активності здорового населення», «Методика навчання в освітній галузі здоров'я фізичної культури», «Психологія здоров'я» та ін.

(Освітньо-професійна програма «Середня освіта (Фізична культура)». УДПУ імені Павла Тичини*)* [179].

З-поміж вибіркових навчальних дисциплін, що викладаються на факультеті фізичного виховання УДПУ імені Павла Тичини, виокремлюємо такі: «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Методика організації волонтерського руху», «Сучасні рекреаційні технології», «Загальна характеристика здорового способу життя», «Сучасні практики молодіжної роботи», «Психологія здоров'я та здорового способу життя» та ін. [269].

Також виокремлюємо ті навчальні дисципліни, викладання яких забезпечує кафедра медико-біологічних основ фізичної культури УДПУ імені Павла Тичини: «Медико-соціальні основи здоров'я», «Гігієна і санітарія в галузі», «Вікова фізіологія, шкільна гігієна з основами медичних знань» та ін. [98; 207, с. 281].

Для порівняння нами проаналізовано навчально-методичне забезпечення з формування здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді різних ЗВО України [207, с. 281].

З-поміж спеціально спрямованих дисциплін виокремлюємо зміст програми навчальної дисципліни «Здоров'язбережувальні технології у соціокультурному середовищі» підготовки магістра, галузі знань 23 Соціальна робота, спеціальності 231 Соціальна робота, за освітньою програмою «Соціальна робота». Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, кафедра соціальної роботи та педагогіки вищої школи [182] (Додаток Е).

Формами *позааудиторної роботи ЗВО* в цілому та з формування здоров'язбереження студентської молоді є: студентські об'єднання, волонтерські групи тощо.

Вагому складову у забезпеченні теоретико-методологічних основ, розробці якісно нових сучасних теоретичних засад і практичних підходів до проблем охорони і зміцнення здоров'я молоді наукові теми кафедр [207, с. 281].

Зокрема, на кафедрі медико-біологічних основ фізичної культури УДПУ імені Павла Тичини функціонує науковий гурток («Формування особистості вчителя фізичного виховання як організатора і вихователя здорового способу життя») і працюють проблемні групи в рамках діяльності студентського наукового товариства («Зміст та проблеми валеологічного виховання молоді», «Формування системно-цілісних уявлень про здоров'я як ціннісну категорію», «Профілактика шкідливих звичок та їх негативний вплив на здоров'я студентської молоді») [207, с. 282].

Під час засідань гуртка «Формування особистості вчителя фізичного виховання як організатора і вихователя здорового способу життя» розглядаються такі питання: здоров'я людини як найвища соціальна цінність; спадковість, середовище і здоров'я людини; генетичне відродження і шляхи оздоровлення людини; особливості харчування хворих людей; профілактика гострих респіраторних вірусних інфекцій та грипу; вплив фізичного виховання на формування особистості, аналіз рівня вживання алкоголю в молодіжному середовищі [98].

Аналіз змісту аудиторної та позааудиторної роботи підтверджує той факт, що «роль держави у процесі запровадження здорового способу життя молоді є визначальною, оскільки на органи державної влади покладено велику кількість різнобічних функцій: розробку необхідного законодавства; створення моделі роботи з відповідним механізмом реалізації на регіональному та місцевому рівнях; запровадження новітніх технологій роботи через мережу державних закладів освітнього, соціального та культурно-мистецького характеру; підготовку спеціалістів та залучення фахівців, створення сприятливого середовища на рівні місцевих громад тощо» [284, с. 125].

Але всі ці дії матимуть невисокий рівень ефективності, якщо головний об'єкт цих дій – молодь – залишиться на рівні пасивного

спостерігача. Саме тому є актуальним принцип молодіжної участі як обов'язкової складової процесу формування здорового способу життя: «держава та молодь мають виступати партнерами та спільними виконавцями, з акцентом на особисту зацікавленість, послідовну систематичну роботу та внутрішню самодисципліну кожної молодої людини. Тобто йдеться про принцип молодіжної участі як обов'язкової складової процесу формування здорового способу життя» [284, с. 125].

З метою визначення стану сформованості здоров'язбережувальної діяльності студентської молоді також було використано такі методи дослідження:

– *метод спостереження.* Процес фіксації та збору інформації передбачав безпосереднє вивчення сформованості діяльнісно-практичного та особистісно-рефлексивного критеріїв здоров'язбережувальної компетентності студентів, визначення особливостей їхньої здоров'язбережувальної компетентності;

– *бесіда «Здоров'я – особистісна цінність»*. Студенти отримали інформацію про ефективні технології для забезпечення здоров'язбережувальної діяльності, ефективні та інноваційні форми її формування з метою збереження власного здоров'я та здоров'я оточуючих;

– *метод «Незакінчене речення»*. Студентам було запропоновано продовжити початок речення (по одному відповідно до виокремлених критеріїв): *відповідальне ставлення до свого здоров'я – це ...; здоров'язбережувальна діяльність – це ...; організація здорового способу життя – це ...; волонтер – це…; волонтерська діяльність – це…; якості, необхідні для здійснення волонтерської здоров'язбережувальної діяльності* – ... . Метод незакінчених речень допоміг визначити рівень розуміння студентами сутності здоров'язбережувальної компетентності та шляхів її формування, а також ролі волонтерської діяльності у справі здоров'язбереження. Переважна більшість студентів в цілому розуміють

важливість відповідального ставлення до свого здоров'я. Однак, повне розуміння щодо якостей, необхідних для здійснення волонтерської здоров'язбережувальної діяльності, виявили тільки 34,1 % опитаних;

– *метод експертного оцінювання* (спеціальним чином організований збір суджень, оцінок та пропозицій спеціалістів з певної галузі знань, їх аналіз, зведення та формування зваженого результату). Експертами були науково-педагогічні працівники (куратори студентських академічних груп), безпосередньо пов'язані з об'єктом дослідження. Експерти (16 осіб) сприяли визначенню змінних величин, які були необхідні та важливі для оцінки сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді. Під час усного опитування респонденти засвідчили важливість питань здорового способу життя, формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді. На їхню думку, це можливо шляхом цілеспрямованої роботи з формування у студентів мотивації, прагнення вести здоровий спосіб життя у процесі як аудиторної, так і позааудиторної роботи (волонтерської діяльності, неформальної освіти, тощо).

Отже, у переважній більшості ЗВО питання здоров'язбереження особистості, формування здоров'язбережувальної компетентності є одним із ключових у процесі реалізації аудиторної та позааудиторної складових підготовки фахівців [207, с. 283]. Однак, формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді потребує активізації за рахунок підвищення переважно низького та середнього рівня залученості самих студентів до означеного процесу як наслідку впливу об'єктивних обставин, що виникли в умовах онлайн навчання під час карантинних обмежень, військового стану.

Отже, потреба ґрунтовного розв'язання обраної наукової проблеми на методологічному, психолого-педагогічному та методичному рівнях актуалізує, насамперед, розроблення критеріально-діагностувального

апарату дослідження формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

2.2. Аналіз стану волонтерської діяльності студентів в освітньому середовищі закладу вищої освіти та позааудиторній роботі

Сучасна стратегія формування здорового способу життя має базуватися на двох важливих напрямах: по-перше, покращення здоров'я для всіх та скорочення нерівності щодо здоров'я шляхом удосконалення лідерства та стратегічного керівництва в інтересах здоров'я; по-друге, врахування чотирьох завдань, визначених міжнародними основами політики «Здоров'я-2020»: «Інвестування в здоров'я на всіх етапах життя людини, розширення прав та можливостей громадян; вирішення найбільш актуальних проблем, які відносяться до неінфекційних та інфекційних хвороб; зміцнення орієнтованих на людину систем охорони здоров'я, готовності та реагування надзвичайних ситуацій; підвищення потенціалу місцевих громад та створення підтримуючого середовища» [275, с. 74–75; 198, с. 113].

В умовах децентралізації України особливого значення у процесі формування здорового способу життя набувають підходи щодо врахування потреб та проблем громади, міжсекторального та міжвідомчого співробітництва (на загальнодержавному та місцевому рівнях) [275, с. 75].

З метою узагальнення теоретико-методичних підходів до формування здорового способу життя молоді ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики» підготовлено навчально-методичні рекомендації «Формування здорового способу життя». У виданні здійснено аналіз сучасного стану здоров'я молоді, поведінкових ризиків щодо здоров'я, способу життя молоді, законодавчих умов сприяння

збереженню здоров’я молоді, міжнародних нормативно-правових документів, відповідні форми та методи роботи, тощо [275, с. 75; 198, с. 114].

З-поміж інших важливих аспектів, виокремлено завдання щодо збереження здоров’я та формування здорового способу життя молоді, що є вкрай нагальними для сьогодення України: «проведення та публікація щорічних моніторингових досліджень щодо стану здоров’я молоді та поширення негативних явищ у молодіжному середовищі, вивчення думки молоді щодо усвідомлення здоров’я як цінності та потреб здорового способу життя серед молоді, наукового супроводу та оцінки ефективності законодавчих актів, соціальних програм та проєктів з питань формування здорового способу життя; удосконалення нормативно-правової бази; належний рівень кадрового забезпечення молодіжної сфери; науково-методичне забезпечення діяльності, підвищення кваліфікації фахівців державних установ та громадських організацій молодіжної, соціальної, управлінської сфери з питань формування здорового способу життя молоді; активізація участі молоді та громад, волонтерів у формуванні здорового способу життя, залучення молоді до волонтерської діяльності; широкомасштабна інформаційна кампанія щодо пропаганди здорового способу життя, формування моди на здоровий спосіб життя» [275, с. 74–75; 198, с. 113].

Не применшуючи ролі, значення і можливостей широкого спектру суб’єктів у справі формуванні здорового способу життя, підтримуємо думку щодо життєвої необхідності активізації участі молоді та громад, волонтерів в означеному процесі, а також залучення молоді до волонтерської діяльності.

Реалізація молодіжної участі повинна проявлятися в усіх суспільних діях, що пов’язані з програмами збереження здоров’я та способу життя серед дітей та молоді. За такого підходу важливим

принципом роботи виступає популяризація волонтерського руху та лідерства, відповідно до якого молоді люди, ставши активними учасниками процесу, поширюють діяльність серед однолітків за методом «рівний-рівному» [284, с. 125; 198, с. 113].

У зв'язку з цим питання залучення студентів до волонтерства набуває актуальності в контексті різноманітності форм і методів волонтерської діяльності, що активізує духовний, інтелектуальний, культурний потенціал учасників освітнього процесу [230, с. 56; 198, с. 114].

Сьогодні в Україні та світі волонтерство є актуальним і важливим напрямом: «по-перше, це ефективний спосіб вирішувати складні проблеми окремої людини, суспільства і навколишнього середовища; по-друге, волонтерство привносить у соціальну сферу, як правило, нові творчі та сміливі ідеї щодо вирішення найгостріших і найскладніших проблем; по-третє, це спосіб, за допомогою якого кожний представник суспільства може брати участь у процесі підвищення якості життя; по-четверте, це механізм, за допомогою якого люди можуть просто адресувати свої проблеми тим, хто здатний їх вирішити» [230, с. 56; 198, с. 114].

Тому, наступним етапом дослідницької роботи став аналіз стану волонтерської діяльності студентів в освітньому середовищі ЗВО та в позааудиторній роботі в різних напрямах (профілактичному, інформаційно-просвітницькому, рекреативному, реабілітаційному, соціально-рекламному, соціально-побутовому та ін.) [198, с. 114].

Здійснивши аналіз сайтів ЗВО України, інших інструктивно-методичних матеріалів виокремлено *особливості позааудиторної роботи*, що реалізуються через формування у студентів здорового способу життя:

– студентські волонтерські служби, волонтерські клуби (на базі ЗВО, клубів за місцем проживання, центрів соціальних служб, та ін.);

– молодіжні волонтерські інформаційно-просвітницькі проєкти, програми;

– студентські волонтерські групи, які діють на базі громадських організацій, неформальних об'єднань та ін. [207, с. 273].

З-поміж українських університетів заслуговує на увагу досвід волонтерської діяльності Київського університету імені Бориса Грінченка [42; 207, с. 273]. Зокрема, щорічний соціальний проєкт «Із Києвом і для Києва» як напрям місії університету – «сприяти кожному в цілісному розвитку і лідерському становленні, служити людині, громаді, суспільству» [144, с. 80]. Волонтерами та координаторами проєкту є викладачі та студенти університету: «Проєкт започатковано науково-педагогічним та студентським колективом Університету за підтримки Київської міської державної адміністрації і спрямовано на задоволення особистісно-орієнтованих, культурно-дозвіллєвих, спортивно-оздоровчих запитів та потреб мешканців столиці» [247; 198, с. 115].

Прикладом системної організації та проведення цілого спектру заходів, спрямованих на формування здоров'язбережувальної компетентності, є Студентська соціально-психологічна служба факультету соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини: «Волонтерська діяльність, як складова частина позааудиторної роботи, студентів університету, є одним із чинників, що впливають на розвиток професійно важливих та особистісних якостей, підготовки майбутніх фахівців на принципах гуманізму, поваги до інших, доброзичливості та милосердя, толерантності та неупередженого ставлення до тих, хто потребує допомоги» [254; 198, с. 116; 207, с. 274].

Основні завдання студентів-волонтерів:

– сприяння розвитку волонтерського руху серед студентів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини та в місті;

– захист прав, свобод, задоволення соціально-культурних інтересів здобувачів, молоді;

– створення умов для саморозвитку волонтерів як особистостей, громадян України, професійного становлення як фахівців;

– пропаганда принципів волонтерського руху.

– співпраця з громадськими організаціями;

пошуково-дослідницька діяльність [254; 198, с. 117].

Волонтерським контекстом наповнена робота Молодіжного центру «START» [158], Національно-патріотичного табору для студентської молоді «ДІЯ» [167] та інших формуваннях студентів і викладачів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини [254; 198, с. 117].

Метою діяльності Студентського волонтерського клубу «Допомога» (Херсонський державний університет) є залучення студентів до наукового пошуку і впровадження інноваційних методів соціальної роботи у середовищі молоді. Роботу спрямовано на «пропаганду серед студентської молоді здорового способу життя. З цього напряму секція виконує завдання соціального інформування та просвіти студентів з питань збереження та підтримання здоров'я, профілактики шкідливих звичок серед юнаків та дівчат, соціальної допмоги студентам, які мають проблеми із здоров'ям» [255].

З-поміж ефективних форм роботи Студентського волонтерського клубу «Допомога» – курс «Формування здорового способу життя у студентському середовищі»: «Зазначена мета реалізується послідовно у низці завдань: поглиблення знань і набуття студентами навичок здорового способу життя, формування інтересу до здорового способу життя, намірів його додержання та відповідальності за стан свого здоров'я, розвиток волонтерської активності до пропаганди здорового способу життя серед молоді. До опанування курсу студенти залучаються на добровільних

засадах. Практика проведення занять клубу підтвердила, що бажання цілеспрямованої підготовки до ведення здорового способу життя виявили, у першу чергу, члени секції здорового способу життя» [255].

Вагому складову студентського волонтерства складає участь молоді в діяльності *громадських об'єднань* (регіональних, всеукраїнських, міжнародних) поза ЗВО [198, с. 117].

Яскравим прикладом організації та популяризації волонтерського руху є Всеукраїнський громадський центр «Волонтер» («Піклуючись про щастя інших – знаходимо своє власне»), що діє під девізом: «Ми – громадська організація, яка розвиває у молоді активну життєву позицію та підвищує лідерський потенціал для зміцнення громадянського суспільства. Наша команда створює та впроваджує інноваційні форми просвітницько-профілактичної, соціально-педагогічної та інших видів діяльності, щоб покращити якість життя дітей, сімей і місцевих громад в Україні» [45; 198, с. 118].

Центр забезпечує практичну підготовку учасників волонтерського руху з метою «сприяння підвищенню мотивації до волонтерської діяльності, оволодінню основними знаннями та вміннями, необхідними для здійснення волонтерської роботи, а також розвитку соціальної активності, навичок усвідомленого та активного вибудовування власного життя» [45].

Центром «Волонтер» реалізовані програми, розраховані, зокрема, на волонтерів-студентів: «Дворові майданчики»; «Свій шлях»; «Підліток XXI століття» – організація змістовного дозвілля підлітків; «Театри вуличного дійства»; програма «Зупинись! – Посміхнись!»; програма «Будуємо майбутнє разом»; фестивалі та інші заходи [45; 198, с. 119].

Важливу місію у справі розвитку студентського волонтерського руху в Україні виконує Українська волонтерська служба: «Ми віримо, що добра дія має велику силу та прагнемо дати можливість кожному відчути її зміно

творчий ефект» [267]. Актуальні зреалізовані проєкти: «Агенти волонтерства», «Волонтерська платформа», «Школа волонтерства», «Дослідження якості роботи з волонтерами», «Навчання з волонтерського менеджменту» [267; 198, с. 118].

Залучення молоді до волонтерської діяльності є важливою складовою діяльності Товариства Червоного Хреста України. Місія Товариства: «Товариство Червоного Хреста України завжди допомагає вразливим верствам населення та розвиває спроможність суспільства попереджати і долати гуманітарні й соціальні кризи» [264; 198, с. 118]. Діяльність Товариства підтримується органами державної влади, місцевого самоврядування, громадськими організаціями, корпоративного сектору, а також партнерами з Міжнародного Руху (Міжнародний Комітет Червоного Хреста, Міжнародна Федерація Товариств Червоного Хреста і Червоного Півмісяця, інших національних товариств) [264; 198, с. 119].

Як показав проведений аналіз, важливу роль у справі розвитку студентського волонтерства відіграють регіональні волонтерські об’єднання [207, с. 274].

В умовах воєнного стану активізували діяльність тисячі волонтерських організацій. З-поміж інших заслуговує на увагу діяльність Волонтерської організації «РАЗОМ» м. Умань [40] (автор дослідження безпосередньо долучена до діяльності цієї організації).

Окрему складову дослідження відведено аналізу *аудиторної роботи* ЗВО – змісту освітніх компонентів, спрямованих на вивчення майбутніми фахівцями основних аспектів волонтерської діяльності. Насамперед, в контексті підготовки майбутніх соціальних працівників (соціальних педагогів), педагогів закладів позашкільної освіти [198, с. 119].

Здійснивши скринінг освітніх програм, що реалізуються в УДПУ імені Павла Тичини, виокремлюємо такі навчальні дисципліни, спрямовані на формування основ волонтерської діяльності [207, с. 275]:

– «Соціальна політика», «Соціальна молодіжна політика», «Молодіжна робота у сфері дозвілля та волонтерства» (Освітньо-професійна програма «Соціальна робота (Соціально-психологічне консультування)». Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти) [181];

– «Методика роботи з дитячими та молодіжними організаціями», «Методика виховної роботи в гуртожитку», «Соціально-педагогічна профілактика девіантної поведінки» (Освітньо-професійна програма «Освітні, педагогічні науки» (соціально-виховна і культурно-дозвіллєва діяльність в закладах освіти та громаді). Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти) [177];

– «Теорія і практика молодіжної роботи», «Молодіжна робота» (Освітньо-професійна програма «Соціальна робота (Молодіжна робота)». Другий (магістерський) рівень вищої освіти) [180];

– «Теоретико-практичні основи молодіжної роботи», «Соціальна молодіжна політика» (Освітньо-наукова програма підготовки докторів філософії спеціальності 231 Соціальна робота) [176].

З-поміж інших заслуговують на увагу вибіркові дисципліни «Молодіжна робота у сфері дозвілля та волонтерства», «Соціальна молодіжна політика» [176], у змісті яких частково простежуються особливості використання молодіжної роботи, волонтерства в контексті формування здоров'язбережувальної компетентності особистості [207, с. 275].

Робоча програма освітньої компоненти «Молодіжна робота у сфері дозвілля та волонтерства» для здобувачів вищої освіти спеціальності: 231 Соціальна робота (Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, факультет соціальної та психологічної освіти, кафедра соціальної педагогіки та соціальної роботи) [157; 198, с. 119] (Додаток Е.2)

Відповідно до робочої програми дисципліни «Молодіжна робота у сфері дозвілля та волонтерства» в межах змістового модуля 2 «Технології

роботи з «дітьми вулиці» та соціально незахищеними дітьми та підлітками», теми 5 «Системи організації відпочинку та форми проведення дозвілля» передбачено, зокрема, вивчення питань в контексті формування здоров'язбережувальної компетентності:

– дозвіллєво-спортивна діяльність як найпоширеніший вид дозвілля;

– дотримання здорового способу життя;

– просвітницька діяльність та засоби масової інформації;

– літні табори відпочинку, їх значення для оздоровлення, виховання етичних норм співіснування, спілкування та соціальної адаптації;

– туризм як захоплюючий активний відпочинок і культурний розвиток особистості [207, с. 276].

У контексті предметного поля нашого дослідження з проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності заслуговує на увагу зміст освітньої компоненти «Соціальна молодіжна політика» для здобувачів вищої освіти спеціальності: 231 Соціальна робота (Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини Факультет соціальної та психологічної освіти Кафедра соціальної педагогіки та соціальної роботи). Зокрема, відповідно до робочої програми у змісті освітньої компоненти «Соціальна молодіжна політика» передбачено вивчення теми «Здоров'я та здоровий спосіб життя молоді в Україні» [226; 198, с. 119] (Додаток Е.2).

Отже, у дослідженні проаналізовано зміст освітніх компонентів (обов'язкових, вибіркових), спрямованих на вивчення майбутніми фахівцями основних аспектів волонтерської діяльності. Проведений аналіз свідчить про недостатній рівень врахування в освітніх програмах різних рівнів вищої освіти загальних і фахових компетентностей, програмних результатів навчання, дотичних до проблем волонтерства, волонтерської діяльності. Виняток становлять освітні програми з підготовки майбутніх соціальних працівників (соціальних педагогів), педагогів закладів

позашкільної освіти, зокрема: «Підготовка та організація волонтерів», «Соціальне лідерство та командо утворення», «Організація дозвіллєвої діяльності», «Соціальна робота з сім'ями, дітьми та молоддю», «Навчальна (ознайомчо-волонтерська) практика», «Соціальна політика» та ін. (Національний університет біоресурсів і природокористування України) [168]; «Волонтерська та благодійна діяльність», «Організація волонтерської роботи», «Теорія і методика виховання в дитячих обєднаннях за інтересами», та ін. (Рівненський державний гуманітарний університет) [225]; «Методика соціальної роботи у територіальній громаді», «Основи застосування здоров'язбережувальних технологій у соціальній роботі», та ін. (Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради) [112].

Волонтерство – один із видів залучення молоді до «відстоювання активної громадянської позиції, який дозволяє проявити максимально свої здібності та вміння, завдяки яким можна допомогти іншим людям у вирішенні їх проблем» [198, с. 120].

З метою виявлення розуміння студентами питань волонтерства, волонтерського руху та залученості до цього процесу нами було проведено опитування серед студентської молоді різних спеціальностей [198, с. 120].

Анкета «Що мені відомо про волонтерство?» (Додаток Д) охоплювали питання про загальні уявлення про явище волонтерства, ставлення до волонтерства як суспільного явища, особистої долученості до волонтерської діяльності, мотивації займатися волонтерською діяльністю, потребі у спеціальних компетентностях та ін. [198, с. 120].

Так, на запитання «Чи варто, на Вашу думку, стимулювати людей до залучення до волонтерської діяльності? переважна більшість опитаних (89,9%) дали позитивну відповідь [198, с. 121].

Відповіді щодо актуальних напрямів волонтерської діяльності:

– допомога військовим та постраждалим під час війни;

– підтримка сиріт, пенсіонерів, малозабезпечених;

– організація дозвілля;

– ремонтні роботи;

– охорона навколишнього середовища, допомога бездомним тваринам збір коштів на суспільно-корисні цілі виконання;

– популяризація гуманістичних, альтруїстичних ідей;

– спортивне волонтерство;

– здоров'язбережувальна діяльність (здоров'язбережувальне волонтерство);

– інклюзивне волонтерство [198, с. 121].

Серед причин, що перешкоджають людям займатися волонтерською діяльністю, студенти переважно назвали такі: недостатність інформації про акції, події та волонтерські організації, які їх влаштовують; нестача часу [198, с. 121].

На запитання «До яких видів волонтерства (перерахованих вище) Ви могли б долучитися або займаєтесь зараз?» респонденти обрали допомогу українським військовим/постраждалим внаслідок бойових дій; підтримку знедолених категорій населення; організацію дозвілля [198, с. 122].

Результати проведеного опитування свідчать про зацікавленість студентської молоді волонтерством як суспільним явищем. Однак, переважною більшістю студенти мають уявлення (або беруть участь) про так звані традиційні напрями волонтерства. Інноваційні форми волонтерської діяльності (такі як здоров'язбережувальне волонтерство, інклюзивне волонтерство та ін.) поки є мало впровадженими у суспільну практику, що, відповідно, впливає на низький рівень залученості молоді до цих видів діяльності [198, с. 122].

Отже, вагомий здоров'язбережувальний потенціал має волонтерська діяльність студентської молоді, яка активізується в умовах кардинальних соціально-економічних змін, суспільних викликів [198, с. 122].

Сьогодні волонтерство як загальне соціально-культурне, соціально-педагогічне явище набуває ще більшої актуальності в умовах сучасних соціально-економічних викликів, що викликало потребу в так званому осучасненні досліджуваного феномену, як-от: волонтерство онлайн [118], волонтерство під час карантину [37], волонтерство під час війни [224] і т.п. [198, с. 123].

Однак, на відміну від аудиторної роботи (загальні та спеціальні фахові дисципліни), ЗВО недостатньо використовують можливості позааудиторної складової підготовки фахівців (студентські волонтерські служби, клуби, сектори молодіжної роботи) в таких аспектах:

– розширити і поглибити знання студентів про основні засади здоров'язбережувальної компетентності особистості (формування системи знань з питань здоров'язбереження та створення здоров'язбережувального середовища у професійній діяльності);

– мотивації студентської молоді до волонтерської роботи в цілому та здоров'язбережувального волонтерства зокрема;

– практичної підготовки студентів-волонтерів [207, с. 277].

– Означені вище аспекти потребують подальшого вивчення з метою розробки педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності з подальшою реалізацією у практиці роботи ЗВО.

2.3. Критеріально-діагностувальний інструментарій дослідження формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності

Виявлення сутнісних ознак та компонентів здоров'язбережувальної компетентності студентів дають змогу дослідити її сформованіеть з використанням комплексу відповідних діагностичних методик. Вирішення

завдання діагностики формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності потребує визначення критеріїв, показників та рівнів її сформованості.

Тому, одним із важливих завдань нашого дослідження є з'ясування критеріїв сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді на основі визначених у дослідженні (п. 1.2) структурних компонентів (мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний) здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

Поняття «критерій» передбачає якісну і кількісну характеристику педагогічних об'єктів, визначення й порівняння різних аспектів: критерій (від грец. kriterion – засіб судження, мірило) – це «мірило для визначення, оцінки предмета, явища; ознака, необхідна для класифікації» [236, с. 305]; «ознака, за допомогою якої можна оцінити педагогічне явище, здійснити класифікацію» [138, с. 51] (А. Литвин).

Як правило, для вибору критеріїв у дослідженні науковці використовують компонентну структуру досліджуваного феномену [281, с. 72].

Відповідно до результатів аналізу науково-педагогічної літератури, а також психолого-педагогічних особливостей студенської молоді як окремої соціально-демографічної групи, компонентної структури їхньої здоров'язбережувальної компетентності нами виокремлено такі критерії сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді: ціннісно-мотиваційний; когнітивно-пізнавальний; діяльнісно-практичний; особистісно-рефлексивний (ідентичні за змістом структурним компонентам здоров'язбережувальної компетентності).

Наступним етапом розробки критеріально-діагностувального апарату дослідження стало виокремлення показників сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

Показники, тобто якісні або кількісні характеристики, характеризують певний рівень розвитку досліджуваного об'єкта за виділеними критеріями як «кількісні або якісні характеристики сформованості якості, властивості, ознаки об'єкта, що вивчається, міра сформованості того чи іншого критерію» [260, с. 265] (В. Тернопільська, О. Дерев'янко); «характеристика досліджуваного об'єкта, яка опосередковує зв'язок між його ознаками, між суб'єктом та об'єктом» [17, с. 78] (В. Борисенко).

Відповідно до структури здоров'язбережувальної компетентності студентів у дослідженні розроблено діагностичний інструментарій у єдності критеріїв та показників, що їх характеризують:

– *ціннісно-мотиваційний* – прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема засобами волонтерства;

– *когнітивно-пізнавальний* – сукупність знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища (зокрема, волонтерської діяльності);

– *діяльнісно-практичний* – уміння та навички щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження;

– *особистісно-рефлексивний* – сукупність якостей особистості для здійснення та рефлексії здоров'язбережувальної діяльності, зокрема, волонтерської (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Компоненти, критерії і показники сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді

№ з/п	Компоненти	Критерії	Показники
1.	Мотиваційний	Ціннісно-мотиваційний	прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема засобами волонтерства.
2.	Когнітивний	Когнітивно-пізнавальний	сукупність знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища (зокрема, волонтерської діяльності).
3.	Діяльнісний	Діяльнісно-практичний	уміння та навички щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного

			здоров'язбереження.
4.	Рефлексивний	Особистісно-рефлексивний	сукупність якостей особистості для здійснення та рефлексії здоров'язбережувальної діяльності (зокрема, волонтерської)

Визначені критерії й показники є основною для визначення рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. Рівень – це «ступінь якості, величина, досягнуті у чому-небудь; ступінь чиєїсь освіти, культури, підготовки і т. ін.» [289, с. 128] (В. Яременко); «міра вираженості основних властивостей педагогічного явища, ступінь кількісного та якісного прояву всіх його характеристик, ступінь відповідності еталону» [281, с. 79] (О. Шеремета).

На основі узагальнення отриманих теоретичних й емпіричних досліджень, урахування результатів аналізу наукової літератури щодо специфіки студентської молоді нами було виокремлено три ріві сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді: низький, достатній і високий (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності

№ з/п	**Рівень**	**Характеристика рівня**
1.	*Високий*	Характеризується прагненням вести здоровий

	рівень	спосіб життя, усвідомленням значення здоров'я, позитивним та відповідальним ставленням до свого здоров'я та здоров'я інших людей, стійким інтересом та мотивацією до здоров'язбережувальної діяльності, усвідомленням важливості волонтерства як ефективного засобу здоров'язбереження; чіткою сформованістю системи знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та різних видів діяльності, спрямованих на створення здоров'язбережувального середовища, впевненістю в ефективності використанням знань з питань здоров'язбережувального волонтерства; ґрунтовним володінням уміннями і навичками щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження; чіткою наявністю особистої стратегії здоров'я, що охоплює особистісні якості, необхідні для здійснення здоров'язбережувальної діяльності та здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності (зокрема, волонтерської).
2.	*Середній рівень*	Характеризується прийняттям цінностей здоров'язбереження лише в окремих ситуаціях; ситуативним прагненням вести здоровий спосіб життя, усвідомленням значення здоров'я, ставленням до свого здоров'я та здоров'я інших

		людей, ситуативним інтересом до здоров'язбережувальної діяльності та волонтерства; сформованістю системи знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та різних здоров'язбережувальних видів діяльності (зокрема, волонтерства); володінням загальними уміннями і навичками щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатності до самовдосконалення власного здоров'я; наявністю особистісних якостей для здійснення здоров'язбережувальної діяльності, але індивідуальна позиція щодо проблеми здоров'я ще не достатньо сформована, що впливає на ситуативність рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності.
3.	*Низький рівень*	Характеризується несформованнм ціннісним ставленням до свого здоров'я та здоров'я інших людей; відсутністю мотивації та інтересу до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема волонтерської; обмеженим запасом знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища, невпевненістю в ефективності використанням знань з питань здоров'язбережувального волонтерства; несформованістю умінь і навичок щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства, пасивністю щодо самовдосконалення власного

		здоров’я, навичок власного здоров’язбереження; несформованістю особистісних якостей, необхідних для здійснення діяльності, спрямованої на збереження власного здоров’я та оточуючих, нездатності щодо здійснення рефлексії здоров’язбережувальної діяльності.

Перелік виокремлених критеріїв, показників та рівнів не є вичерпним, оскільки формування здоров’язбережувальної компетентності – це процес, що розвивається, удосконалюється, Тому, передбачити співвідношення показників та рівнів її сформованості у студентської молоді як динамічної соціально-демографічної групи досить складно.

Відповідно до розроблених критеріїв та показників для аналізу динаміки рівнів сформованості здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності використовувався спеціально підібраний, удосконалений діагностичний інструментарій – на констатувальному, формувальному та контрольному етапах експерименту (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Діагностичний інструментарій
для виявлення стану сформованості
здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді
у процесі волонтерської діяльності

№ з/п	**Критерій / показники**	**Методики**
1.	*Ціннісно-мотиваційний* – прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення	Анкета на вивчення стану сформованості здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді

	здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема засобами волонтерства.	у процесі волонтерської діяльності (ціннісно-мотиваційний критерій). Додаток А.1 Оцінка мотивації ставлення студентської молоді до формування здоров'язбережувальної компетентності у процесі професійної підготовки (за методикою оцінки мотивації ставлення до професійної діяльності А. Кареліна у модифікації Т. Осадченко). Додаток А.2
2.	*Когнітивно-пізнавальний* – сукупність знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища (зокрема, волонтерської діяльності).	Анкета на вивчення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності (когнітивно-пізнавальний критерій) Додаток Б.1 Тест «Що я знаю про основи здоров'язбереження» (складений на основі праць науковців В. Язловецького та Н. Крилової, М. Лехолетової). Додаток Б.2
3.	*Діяльнісно-практичний* – уміння та навички щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального	Анкета на вивчення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності

	волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження.	(діяльнісно-практичний критерій). Додаток В.1 Опитувальник «Мої дії щодо власного здоров'язбереження». Додаток В.2
4.	*Особистісно-рефлексивний* – наявність особистої стратегії здоров'я, особистісних якостей, необхідних для здійснення здоров'язбережувальної діяльності та здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності (зокрема, волонтерської).	Анкета на вивчення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності *(особистісно-рефлексивний критерій)* Додаток Г.1 Методика «Оцінка здійснення здоров'язбережувальної рефлексії студентами шляхом самоаналізу» Додаток Г.2

Запропонований діагностичний інструментарій передбачав проведення педагогічного експерименту через комплекс методів дослідження, який забезпечує науково об'єктивну і доказову перевірку правильності обґрунтованої на початку дослідження гіпотези та дозволяє виявити повторювані, стійкі, необхідні зв'язки між явищами, вивчити закономірності, характерні для педагогічного процесу» [153, с. 123].

На констатувальному етапі експерименту було обрано експериментальну й контрольну групи, розроблено критерії і показники сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності, визначено її вихідний рівень; здійснено пошук сприятливих умов забезпечення цього процесу.

Перевірка достатності вибірки здійснювалась відповідно до формули визначення обсягу вибіркової сукупності за обсягом генеральної сукупності (А. Киверялг [153, с. 239]). Загальна вибірка – 379 осіб: контрольна група (КГ) – 188 осіб, експериментальна група (ЕГ) – 191 особа.

База дослідження – Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Рівненський державний гуманітарний університет, Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, Національний університет біоресурсів і природокористування України. В дослідженні взяли участь студенти ЗВО України (379 осіб), куратори студентських академічних груп (16 осіб).

Збір фактичного матеріалу і його систематизація забезпечувались переважно шляхом використання методу опитування (анкетуванню). Усне та писемне опитування допомогло отримати фактичну інформацію про оцінку суджень студентів (ставлення до здоров'язбережувальної компетентності, необхідність її формування). Здобувачі відповіли на запитання опитувальника, розробленого на основі праць науковців (О. Антонової, В. Бобрицької, Н. Поліщук, Т. Осадченко, М. Лехолетової та ін.). Анкети на вивчення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності за всіма компонентами згідно з визначеними критеріями та показниками подано у додатках А.1, Б.1, В.1, Г.1.

З метою діагностування рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності за *ціннісно-мотиваційним критерієм* студентам було запропоновано дати відповіді на запитання анкети, що відображають показник – прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема засобами волонтерства (Додаток А.1).

На запитання «Чи відносите Ви здоров'я до однієї з головних ціннісних орієнтацій Вашого життя» більшість студентів (68,9 %) дали ствердну відповідь. Однак, повну готовність до здійснення здоров'язбережувальної діяльності виявили тільки 44,2 % опитаних. Згідно з відповідями студентів на запитання «Що або хто може вплинути на усвідомлення Вами необхідності збереження здоров'я?» відповіді розподілились таким чином: сім'я – 38,5 %, друзі – 15,6 %, викладачі – 9,8%, студентський колектив – 11,7 %, позааудиторна робота – 17,2 %, лікарі та психолог – 5,4%, не змогли відповісти – 1,8 % респондентів.

Проаналізовані дані свідчать про те, що студенти остаточно не визначилися з роллю здоров'язбережувальної діяльності. Переважно усі опитані виявили бажання реалізовувати здоров'язбережувальну компетентність у власній життєдіяльності, проте поки до такої діяльності не готові (зокрема, через брак знань і досвіду).

Більше половини студентів ствердо відповіли на запитання щодо волонтерської діяльності як ефективного засобу формування здоров'язбережувальної компетентності (63,1%) та бажання відвідувати позааудиторні та волонтерські заходи з означеного питання (59,3%).

Модифікована методика оцінки мотивації ставлення до професійної діяльності А. Кареліна (Додаток А.2) була спрямована на визначення оцінки мотивації ставлення студентської молоді до формування здоров'язбережувальної компетентності. Загальна сумарна оцінка результатів складалася за ключем відповідно до рівнів щодо ступеню мотивації: низький (15 – 33 бали), середній (34–54 бали), високий (55–75 балів). Низький ступінь мотивації виявився у 59,3% (КГ), 58,4 % (ЕГ) студентів; середній ступінь – 42,2% (КГ), 44,1 % (ЕГ); високий ступінь мотивації – 1,9% (КГ), 2,4 % (ЕГ).

Респонденти показали такі рівні сформованості ціннісно-мотиваційного критерію здоров'язбережувальної компетентності:

низький рівень – 103 особи / 54,8% (КГ), 99 осіб / 51,8% (ЕГ); середній рівень – 81 особа / 43,1% (КГ), 87 осіб / 45,5% (ЕГ); високий рівень – 4 особи / 2,1% (КГ), 5 осіб / 2,7% (ЕГ) (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за ціннісно-мотиваційним критерієм

Критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		**ЕГ**		**КГ**		**ЕГ**		**КГ**		**ЕГ**	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Ціннісно-мотиваційний критерій	4	2,1	5	2,7	81	43,1	87	45,5	103	54,8	99	51,8

З метою діагностування рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності за ***когнітивно-пізнавальним критерієм*** студенти відповіли на запитання анкети (Додаток Б.1), що відображають показник рівня їхніх знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища (зокрема, волонтерської діяльності).

Виявлено обмежений рівень знань у респондентів стосовно правил здоров'язбереження, з-поміж яких, як правило, називали рухову активність (69,1%), відсутність шкідливих звичок (74,3%), раціональне харчування (49,6%), загартовування організму (69,2%).

З-поміж ефективних заходів, спрямованих на профілактику шкідливих звичок здобувачів у ЗВО, найбільш ефективними визнано активні заходи профілактичної роботи: волонтерську (43,9%), спортивно-масову діяльність (46,9%); практичні заняття (42,1%).

За результатами проведення тесту «Що я знаю про основи здоров'язбереження» (Додаток Б.2), складеного з метою визначення рівня знань студентів про основи здоров'язбереження, з'ясувалося, що в опитаних студентів переважає низький (53,1%) та середній (45,1%) рівень знань для збереження і зміцнення здоров'я (складові режиму дня, психологічне здоров'я та культура спілкування, необхідна добова норма рухового режиму та сну, тощо).

Отже, за результатами діагностування рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності за когнітивно-пізнавальним критерієм студенти розподілились таким чином: низький рівень – 101 особа / 53,7% (КГ), 100 осіб / 52,4% (ЕГ); середній рівень – 84 особи / 44,7% (КГ), 87 осіб / 45,5% (ЕГ); високий рівень – 3 особи /1,7% (КГ), 4 особи / 2,1% (ЕГ) (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за когнітивно-пізнавальним критерієм

Критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		**ЕГ**		**КГ**		**ЕГ**		**КГ**		**ЕГ**	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Когнітивно-пізнавальний критерій	3	1,7	4	2,1	84	44,7	87	45,5	101	53,7	100	52,4

З метою діагностування рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності за *діяльнісно-практичним*

критерієм студенти відповіли на питання анкети (Додаток В.1), що відображають показник наявності умінь та навичок щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження.

Аналіз результатів засвідчує, що у студентів частково сформовані групи умінь та навичок щодо здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства. Зокрема, потребує активізації позааудиторна робота ЗВО, спрямована на здоров'язбережувальну волонтерську діяльність. На запитання «Чи брали Ви участь у волонтерських заходах з формування здоров'язбережувальної компетентності (профілактика шкідливих звичок у здобувачів ЗВО, та ін.)»? більшість студентів (69,7%) визнали свою часткову залученість до волонтерських заходів уцілому.

Для визначення оздоровчих умінь було також використано опитувальник «Мої дії щодо власного здоров'язбереження». Методика розроблена з метою оцінки уміння та навички студентів за такими аспектами: організація здорового способу життя, здатність до самовдосконалення здоров'я, навички здоров'язбереження.

Запитання опитувальника згруповано за такими аспектами: виконання санітарно-гігієнічних вимог, використання фізичних вправ, режим і культура харчування, застосування природних чинників оздоровлення, дотримання розумного відпочинку, навчання і роботи, покращення емоційного та психічного стану, здійснення самоконтролю.

Серед усіх 379 респондентів показали такі рівні сформованості діяльнісно-практичного критерію здоров'язбережувальної компетентності: низький рівень – 100 осіб / 53,2% (КГ), 101 особа / 52,8% (ЕГ); середній рівень – 84 особи / 44,7% (КГ), 85 осіб / 44,5% (ЕГ); високий рівень – 4 особи / 2,1% (КГ), 5 осіб / 2,7% (ЕГ) (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за діяльнісно-практичним критерієм

Критерій	Рівні сформованості											
	Високий				Середній				Низький			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Діяльнісно-практичний критерій	4	2,1	5	2,7	84	44,7	85	44,5	100	53,2	101	52,8

З метою діагностування рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності за *особистісно-рефлексивним критерієм* здобувачі відповіли на запитання анкети (Додаток Г.1), що відображають показник – особистісні якості, необхідні для здійснення та рефлексії здоров'язбережувальної діяльності. Зокрема, на запитання «Чи володієте Ви якостями, необхідними для здійснення волонтерської здоров'язбережувальної діяльності?» значна студентів (24,6%) дала відповідь «важко відповісти», що свідчить про недостатнє розуміння специфіки та особливостей означеного процесу.

Рівень сформованості рефлексії здоров'язбережувальної діяльності студентської молоді визначався за допомогою методики «Оцінка здійснення здоров'язбережувальної рефлексії студентами шляхом самоаналізу». З'ясовано, що студенти недостатньо приділяють уваги як власному здоров'ю (55,6%), так і способу життя (58,4%), хоча і визнають, що погане самопочуття знижує продуктивність навчання, дозвіллєвої діяльності (46,7%).

Отже, за результатами діагностування рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності за особистісно-рефлексивним критерієм студенти розподілились таким чином: низький рівень –

100 осіб / 53,2% (КГ), 100 осіб / 52,4% (ЕГ); середній рівень – 83 особи / 44,1% (КГ), 85 осіб / 44,5% (ЕГ); високий рівень – 5 осіб /2,7% (КГ), 6 осіб / 3,1% (ЕГ) (табл. 2.7)

Таблиця 2.7

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за особистісно-рефлексивним критерієм

Критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		**ЕГ**		**КГ**		**ЕГ**		**КГ**		**ЕГ**	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Особистісно-рефлексивний критерій	5	2,7	6	3,1	83	44,1	85	44,5	100	53,2	100	52,4

З метою підтвердження схожості й однорідності обраних нами груп на початковому етапі експерименту проведено попарне їх порівняння і здійснено обробку результатів за допомогою критерію К. Пірсона «χ2», який також підтверджує правильність розподілу в ЕГ і КГ. Розрахунок критерію К. Пірсона показав, що розподіл за рівнями в групах однаковий. Отже, ми прийшли до висновку: на початковому етапі немає суттєвої різниці між КГ і ЕГ щодо розподілу за рівнем сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді.

Отримані результати з визначення вихідного рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді за кожним її критерієм представлені у табл. 2.8.

Таблиця 2.8.

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді (*констатувальний етап*)

	Рівні сформованості		
	Високий	**Середній**	**Низький**

Критерій	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Ціннісно-мотиваційний	4	2,1	5	2,7	81	43,1	87	45,5	103	54,8	99	51,8
Когнітивно-пізнавальний	3	1,7	4	2,1	84	44,7	87	45,5	101	53,7	100	52,4
Діяльнісно-практичний	4	2,1	5	2,7	84	44,7	85	44,5	100	53,2	101	52,8
Особистісно-рефлексивний	5	2,7	6	3,1	83	44,1	85	44,5	100	53,2	100	52,4
Середнє значення	4	2,2	5	2,6	83	44,1	86	45,1	101	53,7	100	52,3

Як видно з даних таблиці 2.8, результати початкової діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності засвідчили, що на констатувальному етапі дослідження високий рівень мають 4 / 2,2% студентів КГ та 5 / 2,6% ЕГ, середній – 83 / 44,1% КГ та 86 / 45,1% ЕГ, низький рівень – 101 / 53,76% КГ та 100 / 52,3% ЕГ.

В обох групах (ЕГ та КГ) переважає низький рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, а саме:

– відсутність стійкої мотивації та інтересу до свого здоров'я та здоров'я інших людей, до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема волонтерської;

– обмежений запас знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища, невпевненість в ефективності використання знань з питань здоров'язбережувального волонтерства;

– несформованість умінь і навичок щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства, пасивністю щодо самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження;

– несформованість особистісних якостей, необхідних для здійснення діяльності, спрямованої на збереження власного здоров'я та оточуючих, нездатність щодо здійснення рефлексії здоров'язбережувальної діяльності.

Найвищий рівень показника виявився за ціннісно-мотиваційним критерієм, найнижчий – за особистісно-рефлексивним критерієм, що свідчить, насамперед, про прагнення студентів до здорового способу життя, визнання здоров'язбережувальної компетентності як важливої для розвитку особистості, з одного боку, та недостатній рівень самоаналізу власної здоров'язбережувальної діяльності.

До того ж з'ясовано, що переважна більшість респондентів недостатньо розуміє специфіку та особливості волонтерської діяльності як важливого та ефективного ресурсу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, володіє відповідними уміннями і навичками та особистісними якостями щодо організації відповідних заходів.

Ці проблеми зумовлені такими причинами: відсутність цілеспрямованого формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської роботи); переважання традиційних аудиторних форм роботи зі студентами щодо оволодіння знаннями та компетентностями з питань здорового способу життя, здоров'язбереження [201, с. 261].

Отже, виявлені результати констатувального етапу експерименту визначили зміст і стратегію подальшого дослідження. Отримані результати спонукали спрямувати зміст дослідницької роботи на:

– цілеспрямовану роботу з формування у студентів мотивації, прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної волонтерської діяльності;

– розвиток знань студентів з питань здорового способу життя

(здоров’я; причини та наслідки шкідливих звичок, їх профілактику; тощо), здоров’язбереження та діяльність (зокрема, волонтерську), спрямовану на створення здоров’язбережувального середовища;

– розвиток у студентів умінь та навичок щодо організації здорового способу життя, здатності до самовдосконалення власного здоров’я, навичок власного здоров’язбереження; організації волонтерської діяльності як засобу формування здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді;

– удосконалення особистісних якостей, необхідних для здійснення здоров’язбережувального волонтерства та здійснення рефлексії власної здоров’язбережувальної діяльності.

Отже, отримані результати констатувального етапу експерименту актуалізували потребу щодо обґрунтування обставин (так званих зовнішніх і внутрішніх), від яких залежить рівень сформованості здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді. Тобто завдання наступного етапу дослідження – обґрунтувати та впровадити педагогічні умови щодо підвищення рівня сформованості здоров’язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. Означені аспекти знайдуть відображення в матеріалах третього розділу дисертації.

РОЗДІЛ 3

ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОЦЕСІ ВОЛОНТЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

3.1. Обґрунтування педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності

Наступний етап дослідження – визначення педагогічних умов використання волонтерської діяльності для формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, тобто «комплексу зовнішніх і внутрішніх умов, що сприяють стимулюванню даної роботи й виводять її з рангу другорядної в освітніх установах» [162, с. 153; 201, с. 262].

На основі аналізу теорії і практики досліджуваного процесу, презентованих у розділах 1, 2 дисертації, з'ясовано, що важливим засобом формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді виступає волонтерська діяльність [201, с. 262].

Сьогодні найбільшу за кількістю групу українських волонтерів складає молодь, зокрема студентська. Студентське волонтерство набуває масового характеру, воно спрямоване на різні суспільні сфери, такі як освіта, охорона навколишнього середовища, охорона здоров'я, соціальний і правовий захист населення, допомога українським військовим тощо. Волонтерство для майбутніх фахівців є не лише можливістю реалізувати себе у служінні суспільству через залучення до суспільно корисної діяльності, а й способом подальшого професійного розвитку і соціального становлення [129, с. 85; 201, с. 262].

Тому, для виконання одного із завдань дослідження – визначення педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності – з'ясовано сутність поняття «педагогічні умови», оскільки «вирішення будь-яких практичних педагогічних завдань передбачає створення значної кількості педагогічних умов, більшість із яких вже відома науковцям та педагогам» [278, с. 12].

Насамперед, схарактеризуємо поняття «педагогічна умова».

Тлумачний словник надає поняттю «умова» декілька значень: «1) необхідна обставина, що уможливлює здійснення, створення, утворення чого-небудь; 2) обставини, особливості реальної дійсності, за яких відбувається або здійснюється що-небудь» [26, с. 1532; 201, с. 262].

Як систему трактують зміст поняття «педагогічної умови» О. Пєхота та В. Будак, виокремлюючи такі складові, як «норми, методи, умови, ситуації, що об'єктивно склалися та є необхідними для досягнення певної педагогічної мети» [240, с. 48].

У той час К. Дубич визначає педагогічні умови як «сукупність взаємозалежних і взаємообумовлених заходів педагогічного процесу, які забезпечують досягнення конкретної мети» [59, с. 68].

Педагогічні умови «сприяють усебічному гармонійному розвитку задатків особистості, з урахуванням потреб і формуванням загальнолюдських і професійно важливих якостей, ключових кваліфікацій, загальних і професійних компетентностей» (А. Литвин) [138, с. 42].

Загалом педагогічні умови визначають як «один із компонентів педагогічної системи, що відображає сукупність можливостей освітнього та матеріально-просторового середовища, які впливають на особистісний і процесуальний аспекти даної системи і забезпечують її ефективне функціонування та розвиток» [129, с. 84].

Отже, наведені вище трактування дають можливість дійти узагальненого твердження, що педагогічні умови безпосередньо впливають на досліджуваний процес. Розглядаючи особливості формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності, під педагогічними умовами ми будемо розуміти комплекс обставин (так званих зовнішніх і внутрішніх), від яких залежить стан сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді [201, с. 263].

Для формування у майбутніх фахівців здоров'язбережувальної компетентності, на думку сучасних дослідників, важливе значення має дотримання «загальнодидактичних принципів науковості, усвідомленого навчання, індивідуалізації, професійної спрямованості, зв'язку теорії з практикою, безперервності й послідовності та ін.» [281, с. 99], а також урахування напрацювань учених у цьому напрямі [201, с. 263].

Сучасні науковці розглядають педагогічні умови як такі, що сприяють формуванню професійно необхідних якостей майбутніх фахівців у різноманітних видах діяльності [201, с. 264].

Зокрема, Ю. Драгнєв уважає, що для формування культури здоров'я студентів важливе значення має «підтримання позитивної мотивації до розуміння здоров'я як цінності; застосування оздоровчих технологій зменшення негативного впливу комп'ютера на здоров'я студентів; спрямування змісту оздоровчих технологій на розвиток усіх аспектів індивідуального здоров'я (духовного, психічного, фізичного)» [58, с. 10; 201, с. 264].

На думку Г. Капранової, для формування культури здоров'я старшокласників «важливо створити середовище здоров'язбереження, упровадити програми формування культури здоров'я учнів, створювати ситуації творчого пошуку, ознайомлювати учнів з оздоровчими системами, програмами самовиховання, тренінгами у школі й поза нею, підвищувати

мотивацію до здорового способу життя, до здоров'я як цінності, формувати позитивну емоційну сферу (духовне здоров'я)» [96, с. 13–14; 201, с. 264].

Дослідниця Г. Кривошєєва вважає, що ефективність формування культури здоров'я в освітньому процесі забезпечується такими психолого-педагогічними умовами: «координацією цілей формування культури здоров'я і вищої освіти загалом; постійним спонуканням студентів до потреби у зміцненні свого здоров'я; організацією самостійної діяльності студентів щодо само оздоровлення» [126, с. 9; 201, с. 265].

З-поміж умов розв'язання завдання ефективного формування здоров'язбережувальної компетентності у студентів Г. Кондрацька виокремлює такі: «постійного мотивування до здорового способу життя і безпечної життєдіяльності; застосування інтерактивних технологій навчання, що забезпечують індивідуалізацію сприйняття, активну участь кожного студента і групову взаємодію; переважання практичних дій і вправлянь у засвоєнні навчального матеріалу; забезпечення зв'язку між теоретичними відомостями й можливостями їх практичного застосування; організація комунікативного спілкування, застосування в навчальному процесі ігрових методів, елементів дискусії, методу проектів, які є ефективними засобами розвитку студента, його громадянських якостей; ціннісне ставлення до свого здоров'я, особистого прикладу дотримання правил здорового і безпечного способу життя» [115, с. 15; 201, с. 265].

Ю. Лимар видокремлює такі педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності: «свідоме засвоєння учнями знань про здоров'я та здоровий спосіб життя; включення до змісту початкової освіти валеологічних знань; розробку та впровадження в освітній процес інтегрованих курсів, факультативів, тренінгів валеологічного спрямування; залучення учнів до позашкільних заходів, які сприяють поглибленню їхніх знань про здоровий спосіб життя, розвитку особистого прагнення його

дотримуватися; використання інтерактивних методів навчання в процесі формування здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів» [136, с. 42; 201, с. 265].

У дослідженні Т. Миронюк виокремлено такі педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів біології у ЗВО: «стимулювання позитивної мотивації, формування ціннісних орієнтацій, поглиблення знань про культуру здоров'я, здоров'язбереження, здоровий спосіб життя, здоров'язбережувальну діяльність студентів на основі вдосконалення змісту та програмно-методичного забезпечення; оптимізація процесу формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів біології у освітньому середовищі ВНЗ шляхом упровадження інноваційних технологій; організація самостійної роботи студентів для набуття особистого досвіду здоров'язбереження» [154, с. 39; 201, с. 265].

О. Шеремета обґрунтував педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів, а саме: «організація просвітницької роботи шляхом впровадження спеціального факультативу для ознайомлення майбутніх офіцерів із сутністю здоров'язбережувальної компетентності та основними правилами здорового життя; використання інноваційних методів навчання для набуття майбутніми фахівцями досвіду здоров'язбереження та розвитку соціальної складової здоров'я; проведення тренінгів для формування у майбутніх фахівців ДКВС України навичок збереження психічного здоров'я; використання потенціалу дослідницької роботи для розширення знань майбутніх офіцерів про здоровий спосіб життя та набуття навичок вирішення складних проблем здоров'язбереження)» [281, с. 87; 201, с. 265].

В контексті предметного поля нашого дослідження заслуговують на увагу дослідницькі підходи щодо ефективних *умов волонтерської*

діяльності загалом та використання засобів волонтерської діяльності зокрема [201, с. 265].

Т. Лях вважає, що соціально-педагогічна діяльність студентських волонтерських груп є результативною за умов, що у студентів «стимулюється розвиток особистісно значущих якостей до волонтерської роботи; у волонтерів формуються необхідні знання, уміння та навички для здійснення певного напряму соціально-педагогічної діяльності; роботу студентської волонтерської групи координує підготовлений фахівець; забезпечується супровід та моніторинг діяльності студентських волонтерських груп спеціалістами організацій, на базі яких вони працюють» [145, с. 4–5; 201, с. 265].

Педагогічні умови, необхідні для розвитку соціальної компетентності майбутніх фахівців засобом волонтерської діяльності, запропонувала І. Курліщук: «формування стійкої мотивації до волонтерської роботи; використання ефективних методів та форм просвітницької діяльності щодо підготовки до волонтерської роботи; стимулювання рефлексивної позиції майбутніх фахівців на всіх етапах формування соціальної компетентності засобом волонтерської діяльності» [129, с. 87; 201, с. 265].

В контексті дослідження процесу виховання гуманістичних цінностей у студентів Г. Ткачук запропонувала системний підхід щодо єдності трьох взаємопов’язаних компонентів організації волонтерської діяльності в педагогічних коледжах: «суб’єктів діяльності (індивідуальних – студенти-волонтери, волонтери-консультанти; колективних – первинна волонтерська студентська група; зовнішніх – центр соціальних ініціатив коледжу й міста); організаційних умов забезпечення результативності діяльності (цілеспрямована підготовка залучених студентів та консультантів-координаторів до волонтерської діяльності; урізноманітнення варіантів забезпечення позитивної активності суб’єктів

волонтерської діяльності; організаційних форм, що відображають бінарний характер взаємодії суб'єктів волонтерської діяльності» [262, с. 8].

Отже, з-поміж важливих умов розвитку волонтерства серед студентської молоді дослідники виокремлюють мотивацію до означеної діяльності, яка має свої якісні та організаційно-процесуальні особливості, оскільки поняття «волонтер», «волонтерство» набувають конкретності лише «за умови зародження, становлення й функціонування його як суспільної організації громадянського суспільства» [141].

Наголошуючи на важливості стійкої мотивації до волонтерської діяльності (як особистісно і суспільно важливої) дослідники підкреслюють, насамперед, важливість особистісних якостей особистості – незалежно від наявності певних знань в тій чи іншій галузі: «специфіка волонтерської діяльності полягає в тому, що здебільшого не ставить високих вимог до професійних здібностей і навичок особистості, досвіду виконання діяльності, однак ставить підвищені вимоги до особистості волонтера» (О. Веремеєнко) [239, с. 42].

Важливим фактором в означеному процесі дослідники називають саме «бажання волонтера застосовувати компетенції, що мають теоретичну спрямованість, на практиці» [239, с. 43]. Оскільки володіння компетенціями лише на теоретичному рівні не є позитивним результатом, тому, «бажання особистості застосовувати наявні у неї компетенції в практичній площині також можна вважати одним з етапів процесу соціалізації, коли особистість виявляє бажання або ж має внутрішню потребу застосування своїх знань, умінь і навичок для становлення себе в суспільстві в якості повноцінної та необхідної одиниці» [239, с. 43].

Також важливою умовою розвитку волонтерства є підготовка до волонтерської (зокрема здоров'язбережувальної) роботи. Питання підготовки волонтерів серед студентської молоді є предметом досліджень українських та зарубіжних науковців, теоретиків і практиків, тому що

«система волонтерського руху функціонує завдяки її людським ресурсам. В широкому розумінні ресурси розглядаються як запаси чого-небудь, що можна використовувати в разі потреби. В іншій інтерпретації вони трактуються як джерело та арсенал засобів і можливостей, до яких можна вдаватися по мірі необхідності з метою виконання певних завдань чи вдосконалення діяльності» (О. Лозовицький) [141].

З-поміж основних факторів розвитку волонтерства серед студентської молоді теоретики і практики виокремлюють як особистісні характеристики волонтера, так і наявність у нього певних компетентностей які сприяють вирішенню різноаспектних проблем.

Як вагому та необхідну педагогічну умову дослідники розглядають формування та розвиток здоров'язбережувального освітнього середовища [201, с. 266]. З-поміж педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності науковці звертають увагу на «необхідність визначення спеціального змісту навчання, урахування результату навчання відповідно до логіки компетентнісного підходу, на відбір методів організації навчання, на відповідну підготовку фахівців, на створення належного психологічного клімату в освітньому середовищі, використання необхідних здоров'язбережувальних технологій» [281, с. 69] (О.Шеремета та ін.).

Переважна більшість дослідників дотримується системного підходу до структурування здоров'язбережувального освітнього середовища закладу вищої освіти, що охоплює комплекс взаємопов'язаних умов (санітарно-гігієнічні, медико-соціальні, психолого-педагогічні) формування здорового способу життя, збереження здоров'я учасників освітнього процесу.

Навчальна й виховна система включає такі взаємопов'язані структурно-функціональні елементи: «цілі освітньої системи, професорсько-викладацький склад, інформаційна забезпеченість навчання,

засоби педагогічної комунікації, контингент студентів, оцінювальний компонент» (Н. Поліщук) [2, с. 32; 201, с. 266].

На думку сучасних науковців, в освітньому процесі здоров'язбереження – це «комплекс дій та заходів учасників взаємодії в початковій школі з метою цілісного розв'язання проблеми збереження і зміцнення фізичного, духовного та соціального здоров'я учнів, формування їх здоров'язбережувальної компетентності. Його реалізація відбувається у здоров'язбережувальній діяльності, що здійснюється відповідно до цілей освіти, особистісних потреб учнів та ситуацій взаємодії» [175, с. 10–12] (Т. Осадченко).

На основі аналізу змісту поняття «здоров'язбережувальне середовище» (Додаток М) доходимо висновку, що дослідники переважно розкривають сутність здоров'язбережувального середовища через поняття «умови», які «характеризуються сукупністю та системністю; визначені умови створення середовища різноаспектні, репрезентовано медико-гігієнічні, культурно-соціологічні, психолого-педагогічні умови; взаємодія суб'єктів середовища спрямована на гармонійне збереження та зміцнення фізичного, духовного та соціального компонентів здоров'я особистості» [175, с. 13] (Т. Осадченко).

Зокрема, формування здоров'язбережувального середовища передбачає виконання таких завдань: раціональна організація освітнього процесу; упровадження здоров'язбережувальних технологій, інноваційних методів; гігієнічний контроль (В. Муромець) [162, с. 152; 201, с. 266].

При цьому особливістю формування здоров'язбережувальних компетенцій, на думку дослідників, є пріоритет саме виховної складової і наявність здоров'язбережувального освітнього середовища (В. Оржеховська) [174], а ефективність такої роботи «залежить як від пріоритетів вишівської освіти, загальної ідеології закладу освіти, так і від

індивідуальних зусиль кожного з учасників освітнього процесу» [162, с. 153; 201, с. 265] (В. Муромець).

На основі узагальнень теорії і практики досліджуваного процесу нами виокремлено складові здоров'язбережувального освітнього середовища закладу вищої освіти: цілі освітньої програми, освітньої системи в цілому; суб'єкти освітнього процесу (здобувачі освіти, науково-педагогічні працівники, стейкхолдери та ін.); поєднання традиційних та інноваційних форм, методів діяльності (зокрема, волонтерської здоров'язбережувальної діяльності). На нашу думку, формування та розвиток здоров'язбережувального освітнього середовища має стати одним з основних завдань сучасного закладу освіти [201, с. 265].

Для ефективного формування у студентів здоров'язбережувальних знань, умінь та навичок необхідно скласти комплекс зовнішніх і внутрішніх умов, що сприяють стимулюванню даної роботи й виводять її з рангу другорядної в закладах освіти [162, с. 153; 201, с. 266].

На основі результатів теоретичного аналізу наукових досліджень щодо сутності та структури здоров'язбережувальної компетентності, результатів констатувального експерименту, який засвідчив ряд проблемних питань щодо формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, а також вагомий потенціал волонтерської діяльності в означеному процесі, узагальнивши всі аспекти проблеми, нами виокремлено *педагогічні умови,* необхідні для *формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності:*

– формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської діяльності);

– удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства на рівні формальної, неформальної освіти;

– впровадження інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної діяльності [201, с. 266].

В сукупності визначені педагогічні умови спрямовані на забезпечення ефективності процесу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді за усіма структурними компонентами (мотиваційним, когнітивним, діяльнісним, рефлексивним) [201, с. 266].

Однак, кожна з виокремлених педагогічних умов має особливості впровадження в освітній процес, вибору форм і методів реалізації з метою досягнення ефективності процесу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності [201, с. 266].

У п. 3.2 зупинимось на характеристиці кожної з виокремлених педагогічних умов та особливостях її впровадження в освітній процес експериментальних груп.

3.2. Апробація педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування проблеми дослідження, визначення та експериментальна перевірка педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності.

Відповідно до зазначеної мети передбачено вирішити такі завдання:

– здійснити аналіз стану дослідженості наукової проблеми та уточнити сутність ключових понять дослідження;

– виокремити особливості формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді та з'ясувати структуру та специфіку волонтерської діяльності в означеному процесі;

– визначити критерії, показники та охарактеризувати рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності;

– обґрунтувати педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності та експериментально перевірити їх ефективність.

Дослідно-експериментальна робота охоплювала чотири етапи: пілотажний, констатувальний, формувальний, підсумковий.

На *першому – пілотажному – етапі* (2019-2020 рр.) було визначено науково-методичні позиції дослідження, опрацьовано наукові та інші джерела з проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності, визначено науковий апарат, розроблено робочий план експерименту. На цьому етапі визначено сутність, особливості змісту й структуру здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, а також критерії, показники та рівні її сформованості; виокремлено особливості формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді та з'ясовано специфіку волонтерської діяльності в означеному процесі.

На *другому – констатувальному – етапі* (2020-2021 рр.) з'ясовано стан сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді. З урахуванням цього, а також даних наукових та інших джерел дослідження, визначено та обґрунтовано педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності.

На *третьому – формувальному – етапі* (2021 – 2022 рр.) здійснено впровадження й експериментальну перевірку педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. Перед його початком та після основних заходів здійснено діагностику сформованості

здоров'язбережувальної компетентності студентів.

На *четвертому – підсумковому – етапі* (2023 р.) – відкориговано основні положення дослідження, узагальнено і систематизовано його результати (порівняння рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентів контрольних та експериментальних груп); в якісному та кількісному аспектах проаналізовано результати, здійснено інтерпретацію отриманих даних, сформульовано висновки, узагальнено наукові результати.

Зупинимося детально на характеристиці змісту дослідницької роботи відповідно до визначених педагогічних умов.

Формувальний експеримент проводився на базі факультету фізичного виховання та факультету соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

Перша педагогічна умова, виокремлена у дослідженні – *формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської роботи).*

Загальновизнаним є той факт, що мотив виступає усвідомленим чинником, що визначає потребу особистості у формуванні здоров'язбережувальної компетентності. Означений процес буде успішним «за умови розвитку пізнавального інтересу, складовими якого є емоційні враження, ініціативи, інтелектуальні здобутки тощо» [129, с. 85] (І. Курліщук).

Сукупність таких утворень підсилюватиме мотивацію до волонтерської діяльності, а усвідомлення необхідності знань, умінь, якостей, сприятиме успішному формуванню здоров'язбережувальної компетентності. Цей процес є взаємозворотним, тому обґрунтування процесу формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження у процесі волонтерської роботи здійснено нами за двома складовими:

– формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження;

– формування мотивації студентської молоді до волонтерської діяльності.

Насамперед, щодо *формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження,* що охоплює систему мотивів, цілей, цінностей щодо здоров'я, що мотивують молодь до здоров'язбереження, здорового способу життя, в цільовій установці та потребі до здоров'язбережувальної діяльності, дбати про своє здоров'я та здоров'я оточуючих.

Метою формування здорового способу життя є «сприяння досягненню, в широкому розумінні, благополуччя і здоров'я для всіх, на всіх рівнях, у всіх сферах. Основний механізм формування здорового способу життя – створення умов для окремих осіб, груп людей, громад позитивно впливати на проблеми здоров'я» [290, с. 210–212] (О. Балакірєва, О. Яременко).

Серед складових здорового способу життя дослідники виокремлюють: «рівень культури суспільства і особи; місце здоров'я серед потреб людини; мотивація збереження і зміцнення здоров'я, навчання засобів збереження і зміцнення здоров'я» [162, с. 152].

Саме мотивація є рушійною силою у справі формування здоров'язбережувальної компетентності. При цьому важливо підійти до цієї справи комплексно, у єдності формування низки життєвих навичок, що сприяють здоровому способові життя – життєвих навичок, що сприяють здоров'ю (фізичному, соціальному, духовному, психічному).

Наступна складова в межах першої педагогічної умови – *формування мотивації студентської молоді до волонтерської діяльності.*

Волонтерська діяльність – це «шлях самопізнання і самоперевірки, тому у добровільній роботі беруть участь різні категорії волонтерів» [105,

с. 12]. У роботі волонтера важливим є «усвідомлення необхідності власної діяльності та наявність бажання працювати. Головна перевага волонтерів полягає в тому, що вони виконують роботу, яка їм подобається, й отримують задоволення, коли бачать результати. Але люди почуваються так, коли знають, що вони цінуються і визнаються. Крім цього, для кожної людини, котра виконує роботу, а тим більше на добровільних засадах, важлива оцінка її діяльності. Кожен, хто бере участь у волонтерській діяльності, має бути оцінений об'єктивно» [141].

Дослідники (О. Лозовицький та ін.) називають різні мотиви для вступу до рядів добровольців: «переконання етичного і релігійного характеру; потреба в спілкуванні, активності, реалізації своїх здібностей, суспільному і державному визнанні; бажання придбати нову роботу або професію, добитися поліпшення діяльності соціальної установи» [141].

Мотивами студентів, які стають волонтерами під час проходження практики, є «самореалізація, професійна підготовка, написання диплома або наукової роботи. Часто добровільними помічниками стають ті, хто вже отримав допомогу і підтримку від організації і тепер хотів би передати власний досвід подолання критичної ситуації тим, хто цього потребує» [141].

На думку дослідників (С. Демида та ін.), основним мотивом добровільної діяльності є «сама волонтерська робота, яка «спрямована на допомогу іншим, ґрунтуючись на власній відповідальності і переконаннях. Ця діяльність може бути пов'язана із деякими егоїстичними мотивами, але у соціально-допустимій нормі» [51, с. 172].

При цьому участь студентів у волонтерстві «дає їм змогу зробити особистий внесок у розв'язання соціальних проблем, самореалізуватися через ініціювання проєктів і програм соціальної спрямованості» [51, с. 172].

Аналіз соціально-психологічних джерел і вивчення волонтерської практики дає підстави виокремити чинники формування ціннісних орієнтацій учасників волонтерського руху. З-поміж інших – освітні, організаційні, діяльнісні (практичні), комунікаційні, громадські, професійні, особистісні (Д. Подолянчук) [197, с. 178].

За результатами опитування (розділ 2) студенти назвали такі основні мотиви до волонтерської діяльності:

– прагнення допомогти іншим;

– досвід роботи в громадах;

– можливість здобути нові знання, навички та вміння;

– бажання здійснювати суспільно-корисну роботу;

– задоволення потреб у визнанні іншими;

– покращення свого власного емоційного, душевного та морального стану;

– та ін.

Виокремлені мотиви до здоров'язбереження засобами волонтерської діяльності стали основою для розробки авторської дослідницької програми (Додаток Ж).

Основою формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження та формування мотивації студентської молоді до волонтерства стала робота з популяризації здоров'язбережувального волонтерства серед молоді. Основними формами роботи обрано:

– виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі, змагання, походи), спрямовані на формування мотивації студентської молоді до здоров'язбереження та волонтерства;

– залучення студентської молоді до участі у волонтерських заходах в межах діяльності університетських структур (Студентська волонтерська служба, Молодіжний центр «START»), волонтерських осередків поза університетом (Волонтерський центр «Разом» та ін.).

Зокрема, з метою реалізації першої педагогічної умови відповідно до плану виховної роботи факультету фізичного виховання, факультету соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини на 2021-2022 н.р., 2022-2023 н.р. було організовано і проведено такі заходи:

– зустрічі студентів з військовими, волонтерськими організаціями міста;

– одноденні туристичні походи;

– міські та регіональні туристсько-спортивні змагання для студентської молоді м. Умань з метою популяризації та пропаганди спортивного туризму та здорового способу життя;

– та ін. [268; 269].

З метою утвердження здорового способу життя студенти експериментальних груп стали учасниками традиційних в УДПУ імені Павла Тичини заходів, спрямованих на пропагування здорового способу життя серед студентської молоді, набуття майбутніми фахівцями практичних навичок проведення спортивно-масових заходів:

– змагань з різних видів спорту: змагання з перетягування канату, виконання ударів на влучність по воротах та воркауту (20 вересня 2021 р., захід до Міжнародного дня студентського спорту);

– змагання «Козацькі забави» (організувала студрада ФФВ та спортивний клуб університету);

– флешмоб «Здорова молодь – сила нації» (участь у змаганнях взяли 150 студентів та викладачів з усіх факультетів університету).

– челендж до Дня здоров’я «Я люблю спорт», організований до Дня захисника України (з 29 березня по 30 квітня 2021 р.);

– легкоатлетичний пробіг пам’яті Заслуженого працівника фізичної культури України доцента УДПУ імені Павла Тичини В. Ткаченка (24 квітня 2021 р., Національний дендрологічний парк «Софіївка»);

– велопробіг на підтримку міста-побратима Гнєзно «Велосипедна столиця Польщі» (28 травня 2021 р., Національний дендрологічний парк «Софіївка»);

– та ін. [80].

Окрему складову дослідницького експерименту складали заходи щодо залучення студентської молоді до участі у волонтерських заходах в межах діяльності університетських структур.

З-поміж напрямів діяльності Молодіжного центру «START» (входить до Асоціації молодіжних центрів України) – консультативна допомога молоді, активна співпраця з волонтерськими організаціями; підтримка та супровід цікавих молодіжних проєктів, пошук волонтерів в різноманітних напрямах. Відповідно до плану роботи Молодіжного центру «START» студентів факультету соціальної та психологічної освіти, факультету фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини було залучено до: різних наукових заходів; проведення програм неформальної освіти; участь у реалізації проєкту «Спільно. Точки зустрічі» за підтримки ЮНІСЕФ; участь у реалізації проєкту «Ресурсний центр внутрішньо переміщених осіб» УДПУ імені Павла Тичини та Управління праці та соціального захисту населення Уманської міської ради та ін. [158].

Вагомим доповненням до дослідницької програми стали профілактичні заходи, організовані студентськими формуваннями університету. Так, для профілактики негативних явищ у молодіжному середовищі волонтери Студентської волонтерської служби факультету соціальної та психологічної освіти УДПУ імені Павла Тичини організовують такі заходи: конкурс малюнків на асфальті «Я обираю здоровий спосіб життя!», різноманітні бесіди, диспути, лекції на відповідну тематику, молодіжні концерти «За здоровий спосіб життя»,

вуличні ігротеки, театралізовані дійства, рольові та творчі ігри з молоддю, конкурси стіннівок та соціальних реклам тощо [254].

Окремі здобувачі освіти мали можливість долучитись до Всеукраїнського тренінгу «Менеджмент молодіжних центрів»; співпраці Молодіжного центру «START» з надання адресної гуманітарної допомоги Співдія Хаб в м. Умані [158].

Відповідно до дослідницької програми наступний напрям з формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбережувальної волонтерської роботи – залучення студентів до роботи волонтерських осередків поза університетом. Зокрема, Волонтерської організації «РАЗОМ» (м. Умань) [40; 288; 198, с. 114].

З-поміж основних напрямів діяльності волонтерів організації «РАЗОМ», до яких автором дослідження було долучено студентів експериментальних груп, виокремлюємо такі: «збір необхідних речей, ліків, усього, чого потребують захисники, збройні сили, територіальна оборона; проведення занять з тактики (тактичної медицини) для представників територіальної оборони, цивільного населення і всіх, хто цього буде потребує; створення бази водіїв з авто з метою забезпечення перевезень; комунікація з іншими волонтерськими організаціями, штабами з метою злагодженої співпраці з чітким розподілом обов'язків та забезпечення чіткої логістики» [198, с. 119]. Важливий напрям діяльності волонтерів – допомога та супровід поранених військовослужбовців [40; 53; 198, с. 119].

Основними формами роботи щодо реалізації другої педагогічної умови – *удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства* – в межах формувального етапу дослідження було обрано:

– виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі);

– участь студентської молоді в науково-практичних заходах (конференції, семінари кафедр, науково-дослідних лабораторій, центрів);

– участь студентської молоді у проєктній діяльності;

– підвищення кваліфікації здобувачів освіти з питань здоров'язбереження, волонтерства.

З-поміж науково-практичних заходів, до яких були активно долучені студенти – щорічні конференції, організовані та проведені на факультеті фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, зокрема:

– III Всеукраїнська науково-практична конференція, присвячена Всесвітньому дню боротьби зі СНІДом «Професійна педагогічна позиція – ефективна умова формування мотивації культури здорового способу життя в освітньому просторі та профілактика ВІЛ/СНІДу» (1 грудня 2022 р.); науково-методичний семінар, присвячений Всесвітньому Дню контрацепції «Грамотна контрацепція – запорука здоров'я жінки» (26 вересня 2022 р.); V Всеукраїнська науково-практична конференція, присвячена всесвітньому Дню здоров'я «Здоров'я для всіх» (6 квітня 2023 р.). Співорганізатори заходів: Міністерство освіти і науки України, Буковинський державний медичний університет, Уманський медичний коледж, Уманський гуманітарно-педагогічний коледж імені Т. Г. Шевченка, Уманський міський центр Здоров'я, Уманський міський відділ охорони здоров'я);

– Науково-методичний семінар «Реалізація оздоровчого завдання засобами туризму» (17 листопада 2022 р.). Організатори: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, кафедра теорії і методики фізичного виховання, кафедра спортивних дисциплін, кафедра медико-біологічних основ фізичної культури;

– та ін. [193].

Також відзначаємо вагомість для удосконалення знань студентів з питань волонтерства проведення заходів з питань молодіжної роботи, молодіжної політики, волонтерської роботи, що проводяться в межах діяльності Молодіжного центру «START» Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, до яких було долучено студентів експериментальних груп. Зокрема, науково-практичний семінар «Перспективи ефективної роботи соціальних працівників з молоддю» (2021-2023 рр.). З-поміж тематичних напрямів роботи семінару – кращий практичний досвід роботи з молоддю [158].

Важливим напрямом реалізації другої педагогічної умови також стала участь студентської молоді у проєктній діяльності. Зокрема, у 2022 р. було підготовлено проєкт «Формування здоров'язбереження студентської молоді засобами рекреаційної та волонтерської діяльності» (автор дослідження – учасник колективу розробників). Мета проєкту: теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити ефективність використання засобів рекреаційної та волонтерської діяльності у процесі формування здоров'язбереження студентської молоді.

Значний ефект мала можливість удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, волонтерства на рівні неформальної освіти, що охоплює курси, тренінгові програми, школи волонтерів, та ін.

Окремо відзначаємо програми, розміщені на Платформі дистанційного навчання Всеукраїнського громадського центру «Волонтер» [195], до якої мали можливість долучитися студенти експериментальних груп. Також студентам було запропоновано пройти курси на платформі Prometeus: «Особиста фізична безпека для журналістів, громадських активістів та волонтерів в умовах війни» [183], «Стратегічна інформація в сфері громадського здоров'я» [253], «Волонтерство під час війни» [35] та ін.

Зокрема, курс «Волонтерство під час війни» (розробник: Українська Волонтерська Служба). Зміст курсу охоплює такі питання: поняття волонтерства та його напрями; роль волонтерів, як волонтерити безпечно для себе й оточення, як працює гуманітарна допомога; навчання мотивувати себе та команду, створювати власні проєкти та ефективно допомагати захисникам і населенню [36].

Реалізація третьої педагогічної умови – *впровадження інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної роботи* – передбачала поєднання як традиційних, так і інноваційних форм і методів формування здоров'язбережувальної компетентності та волонтерської діяльності, інтегрованих як «волонтерська здоров'язбережувальна робота», «волонтерське здоров'язбереження».

З-поміж інноваційних форм, зреалізованих у процесі дослідження:

– долучення студентів до онлайн волонтерства;

– популяризація інклюзивного волонтерства серед студентської молоді (інклюзивна екскурсія, інклюзивні волонтерські заходи).

Одна з інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної роботи, зреалізованих у дослідженні – *онлайн-волонтерство.* Означене питання залишається недостатньо вивченим в теорії і практиці. Перспективним напрямом сьогодні є оптимізація та розширення можливостей онлайн-волонтерства (дистанційного волонтерства) – «не лише додатковий бонус, але й необхідність, про що свідчать останні доповіді на зустрічі ООН. Саме е-волонтерство дозволить підняти процес популяризаціїї волонтерського руху на новий світовий рівень із залученням великої кількості людей із різними можливостями провадження волонтерської діяльності» [118, с. 103].

Онлайн-волонтерство (або е-волонтерство, віртуальне волонтерство, онлайн-волонтерство, кіберволонтерство, цифрове волонтерство) – це волонтерство за допомогою Інтернету. Термін «онлайн-волонтерство»

визначає «вид волонтерської діяльності, у якій Інтернет (використання підключеного до Інтернету пристрою) відіграє ключову роль у виборі волонтерів, передачі та завершення добровільної роботи» [99, с. 7; 118, с. 100]. Е-волонтерство – це «не оплачувана діяльність, здійснюється вільно і свідомо на користь інших людей з єдиною умовою: діяльність має здійснюватися (частково або повністю) дистанційно за допомогою Інтернету» [99, с. 7; 118, с.100].

З-поміж ефективних інтернет-ресурсів, до яких було долучено студентів експериментальних груп, виокремлюємо: Сайти Української Волонтерської Служби, Всеукраїнського громадського центру «Волонтер»; «гарячі лінії»; Сайт Громадської організації «Ла Страда-Україна»; сайт проекту «Мій телефонний друг» тощо [39; 156; 293; 37].

Під час роботи студентами експериментальних груп було використано «Довідник з е-волонтерства» – практичний посібник для тих, хто хоче долучитися до віртуальної спільноти волонтерів (укладачі: М. Кацпровіч, Б. Боровєцка) [99, с. 7].

Наступною інноваційною формою волонтерської здоров'язбережувальної роботи в межах реалізації третьої педагогічної умови стало *інклюзивне волонтерство.* Сьогодні як своєрідна відповідь на виклики сучасності поряд із традиційними напрямами волонтерської діяльності набувають поширення нові. З-поміж інших – інклюзивне волонтерство. Термін «інклюзивне волонтерство» – порівняно новий. Інклюзивних волонтерів називають «волонтерами завтрашнього дня» – це ті, хто сам колись потребував допомоги. Головна мета інклюзивного волонтерства – залучити людей з обмеженими можливостями у добровільний соціальний процес допомоги іншим людям, суспільству [111, с. 190].

Яку користь суспільству можуть приносити особи з обмеженими можливостями та як допомогти їм соціалізуватись? На їх прикладі можна

мотивувати молодих людей ставитись до свого здоров’я дбайливо та цілеспрямовано розвивати у собі культуру здорового способу життя.

Інклюзивне волонтерство – ефективна форма участі у суспільно корисних справах молодих людей з обмеженими можливостями, спосіб взаємодії у колективі, ефективний механізм щодо вирішення актуальних соціально значущих проблем.

При цьому велике значення має мотивація до волонтерської діяльності. Теоретики і практики волонтерського руху виокремлюють такі причини стати волонтером у молодих людей із обмеженими можливостями:

– внутрішня психологічна потреба бути необхідним;

– потреба у спілкуванні;

– інтерес (робота волонтером найчастіше пов’язана з нестандартними підходами та новими можливостями себе реалізувати);

– можливості кар’єрного росту та самореалізація;

– вирішення своїх проблем;

– змістовне проведення дозвілля тощо [111, с. 190].

Соціальний статус молодих людей із особливими потребами характеризується певними показниками: станом здоров’я, матеріальним становищем, рівнем освіти, специфікою зайнятості та особливостями організації дозвільної діяльності. В цьому випадку постає питання – як можна стати добровольцем з обмеженими можливостями? Інклюзивне волонтерство дає можливість усім молодим людям з обмеженими можливостями в повному обсязі брати участь у житті суспільства [111, с. 190].

Інклюзивне волонтерство базується на таких основних принципах: «цінність людини з обмеженими можливостями здоров’я не залежить від її здібностей та досягнень; кожна людина з обмеженими можливостями

здатна відчувати та думати; кожна людина з обмеженими можливостями має право на спілкування та на те, щоб бути почутим» [111, с. 191].

За останні роки кількість молодих людей з обмеженими можливостями постійно збільшується, що є проблемою не лише окремих людей, і навіть не частини населення, а всього суспільства загалом. Тому розвиток інклюзивного волонтерського руху – проблема значного суспільного масштабу, а одне із актуальних завдань, соціальної політики держави, соціальної молодіжної політики – об'єднати зусилля для надання гуманітарної допомоги, дотримання прав молодим людям з обмеженими можливостями, підвищення рівня добробуту, демократизації суспільства.

Тому, інклюзивне волонтерство розглядаємо як інноваційну соціальну технологію з формування здоров'язбережувальної компетентності як інтегральної якості особистості, культури здорового способу життя, ціннісного ставлення до здоров'я (фізичного, психічного, соціального) – свого та оточуючих.

Досвід інклюзивного волонтерства набуває поширення у світі та Україні. Зокрема, студенти факультету соціальної та психологічної освіти у 2023 р. стали учасниками волонтерського проєкту для жінок з інвалідністю, що реалізувався у Туреччині (Engelli Dernekleri Federasyonu) за рахунок програми Європейського корпусу солідарності [81].

Для формувального експерименту в межах нашого дослідження обрано таку форму, дотичну до інклюзивного волонтерства, як інклюзивний туризм – «інноваційну комплексну соціальну послугу для людей з інвалідністю, що спрямована на надання допомоги у відновленні оптимального фізичного, інтелектуального й соціального рівня життєдіяльності, компенсації порушених або втрачених функцій організму, профілактику, подолання або мінімізацію складних життєвих обставин людям з інвалідністю з метою сприяння їхньої інтеграції в суспільство, соціальної адаптації, забезпечення всіма необхідними засобами реабілітації

на основі медичних, психологічних, соціально-побутових, фізичних, професійних, трудових, фізкультурно-спортивних та педагогічних заходів, адаптованих до інклюзивного туризму людей з інвалідністю» (І. Жеребко) [67, с. 36].

В теоретико-практичній та науковій площинах питання розвитку інклюзивного туризму в Україні і за рубежем розкрито у працях Н. Бєлоусова, Г. Кучер, В. Лепський, М. Міщенко, І. Жеребко, Л. Науменко, О. Кравченко, К. Чупіної та ін.

Важлива роль в обґрунтуванні означеного питання належить команді науковців Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. В межах діяльності наукової школи професора О. Кравченко «Актуальні проблеми соціальної роботи в громаді: історія, теорія, практика» започатковано окремий науковий напрям з обґрунтування та упровадження системи соціально-психологічної реабілітації дітей та молоді з особливими освітніми потребами засобами інклюзивного туризму [163].

З-поміж останніх досягнень науковців – розробка держбюджетної теми «Система соціальнопсихологічної реабілітації дітей та молоді з ООП засобами інклюзивного туризму», надання наукових послуг, підготовка та захист дисертаційних досліджень, видання монографій, навчально-методичних праць.

На особливу увагу заслуговує реалізація грантових проєктів, таких як – «Міжнародний художній симпозіум-пленер осіб з інвалідністю «Мистецтво без обмежень» за сприяння Українського культурного фонду (м. Умань, 13-24 серпня 2020 року), «Культурно-рекреаційно-туристична Черкащина: інклюзивно-соціальна 3-D карта» за фінансової підтримки Українського культурного фонду (липень – жовтень 2021 р.); «Вчимося разом чути та долати соціальну ізоляцію» за підтримки Британської ради в Україні (березень – липень 2021 р.); локальний тренінг «Активні

громадяни» (жовтень – листопад 2022 р.). З-поміж інноваційних форм роботи – Студентський конкурс проєктів з інклюзивного туризму «Подорожуємо без бар'єрів» спільно з Черкаським обласним центром медико-соціальної експертизи ЧОР та Асоціацією інклюзивного реабілітаційно-соціального туризму (у 2023 р. автор дослідження брала участь у конкурсі [256]); Інклюзивний конкурс «Точки дотику» в рамках реалізації Міжнародної програми розвитку інклюзивних спільнот [163].

Сутність соціально-психологічної реабілітації дітей та молоді з ООП засобами інклюзивного туризму визначено як «систему, що має певні ознаки та структуру, а її функціонування за умови доречного технологічного забезпечення гарантує досягнення мети, що полягає у створенні умов для відновлення психоемоційного стану та соціального статусу в поєднанні із саморозвитком, самореалізацією і самовихованням» (О. Кравченко) [124, с. 144].

З-поміж напрямів комплексної реабілітації, запропонованих науковцями [124, с. 142], в контексті нашого дослідження заслуговують на увагу такі: *рекреаційна реабілітація* (створення умов для розвитку творчих здібностей особистості, реалізації можливості їх творчого самовираження в умовах дозвілля та відпочинку)*; фізкультурно-спортивна реабілітація* (створення умов для проведення соціальної реабілітації засобами фізичної культури і спорту). На нашу думку, виокремлені напрями інклюзивного туризму сприяють покращенню, насамперед, духовної та соціальної складових здоров'я особистості.

Відповідно до обраних вище напрямів в межах формувального етапу експерименту було організовано та проведено заходи з формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності:

– інклюзивна екскурсія для студентської молоді (за результатами участі у конкурсі «Подорожуємо без бар'єрів», додаток З);

– залучення студентської молоді до організації і проведення інклюзивних волонтерських заходів.

Зокрема, в межах реалізації третьої педагогічної умови студентам було запропоновано стати організаторами та учасниками однієї з інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної роботи – інклюзивної екскурсії, підготовленої за результатами участі автора дослідження у конкурсі «Подорожуємо без бар'єрів». До участі у Конкурсі долучилися учні, здобувачі освіти, аспіранти, представники органів студентського самоврядування ЗВО України, які своїми роботами продемонстрували високий рівень обізнаності, висвітлили досвід впровадження інклюзивного туризму в Україні [256].

Автором дослідження запропоновано проєктну пропозицію, мета якої – впровадження постійно діючої інноваційної системи розвитку інклюзивності та реабілітації населення методами анімалотерапії: відбір, навчання волонтерів, собак, створення бази тварин анімалотерапії, проведення реабілітаційних заходів дітей та дорослих з особливими потребами, включаючи ветеранів, учасників бо йових дій та членів їхніх сімей. Завдання: проаналізувати різні підходи до лікування нетрадиційними методами; розглянути особливості впливу на людину біоенергетики тварин; висвітлити систему лікування людей засобами спілкування з тваринами (анімалотерапії) (розробник – автор дослідження). Проєктна пропозиція була зреалізована у формі інклюзивної екскурсії до Жашківського кінно-спортивного комплексу (додаток Ж) [256].

Наступна форма роботи в межах реалізації третьої педагогічної умови – участь студентів в організації та проведенні заходів у межах діяльності Ресурсного центру для внутрішньої переміщених осіб та Молодіжного центру «Start» (на базі факультету соціальної та

психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини) [110, с. 22].

З-поміж системи заходів, передбачених програмою (додаток Ж) виокремлюємо інклюзивний соціально-виховний захід «Мій Всесвіт – моя Україна» (21 червня 2022 р.), проведений для дітей (6-12 років) та їхніх батьків під гаслом: «Всі ми різні, але нас єднає Україна – рідний наш край!». До організації та проведення заходу (автор дослідження – одна з координаторів роботи) було долучено студентів експериментальних груп. Основна мета заходу – соціальна реабілітація та формування громадянської ідентичності особистості шляхом долучення до спільної командної діяльності дітей та їхніх батьків. покращення духовної та соціальної складових здоров'я особистості (додаток Ж).

За результатами проведеного заходу студенти-волонтери відзначали власні позитивні зміни щодо формування життєвих навичок, що сприяють соціальному та духовному здоров'ю особистості (ефективне спілкування, співчуття, розв'язування конфліктів, спільної діяльності, співробітництва, та ін.). Також організатори та учасники відзначили важливість проведення такої роботи із внутрішньої переміщеними особами з метою формування громадянської ідентичності особистості та консолідації суспільства.

3.3. Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи

Подальша дослідно-експериментальна робота полягала в проведенні *підсумкового етапу* (2023 р.), під час якого відкориговано основні положення дослідження, узагальнено і систематизовано його результати (порівняння рівнів сфор мованості здоров'язбережувальної компетентності у студентів контрольних та експериментальних груп); в якісному та кількісному аспектах проаналізовано результати, здійснено інтерпретацію отриманих даних, сформульовано висновки, узагальнено наукові результати.

Після впровадження педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності здійснено діагностику сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів [201, с. 261].

Оцінювання результатів дослідно-експериментальної роботи здійснено відповідно до визначених критеріїв та показників здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді та діагностичного інструментарію, що застосовувався під час початкової діагностики (підрозділ 2.3).

Мета підсумкового зрізу – перевірити ефективність проведених заходів під час упровадження педагогічних умов. Результати дослідно-експериментальної роботи засвідчили суттєву відмінність у динаміці рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді. Загальні результати підсумкового етапу експерименту подано у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді (*підсумковий етап*)

Критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Ціннісно-мотиваційний	7	3,7	37	19,4	93	49,5	116	60,7	88	46,8	38	19,9
Когнітивно-пізнавальний	6	3,2	35	18,3	92	48,9	117	61,3	90	47,9	39	20,4
Діяльнісно-практичний	7	3,7	36	18,8	92	48,9	115	60,2	89	47,4	40	2,0
Особистісно-рефлексивний	8	4,3	36	18,9	48,4	116	60,7	60,7	89	47,3	39	20,4
Середнє значення	7	3,8	36	18,8	92	48,9	116	60,7	89	47,3	39	20,4

Проаналізуємо результати експерименту по кожному з критеріїв здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді.

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за *ціннісно-мотиваційним критерієм* (до і після формувального експерименту) подано у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за ціннісно-мотиваційним критерієм (до і після формувального експерименту)

Ціннісно-мотиваційний критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
До експерименту	4	2,1	5	2,7	81	43,1	87	45,5	103	54,8	99	51,8
Після експерименту	7	3,7	37	19,4	93	49,5	116	60,7	88	46,8	38	19,9
Приріст		+1,6		+16,7		+6,4		+15,2		–8,0		–31,9

Так, за ціннісно-мотиваційним критерієм після впровадження педагогічних умов та проведення експерименту високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів експериментальної групи (ЕГ) зріс на 16,7%, середній рівень зріс на 15,2%, низький рівень навпаки – знизився на 31,9 %. У порівнянні з експериментальною групою, у студентів контрольної групи (КГ) високий рівень зріс на 1,6%, середній рівень зріс на 6,4%, низький рівень знизився на 8,0%.

Зокрема, після проведення формувального експерименту серед студентів експериментальної групи збільшилася частка тих, хто відповів про повну готовність до здійснення здоров'язбережувальної діяльності

(60,4% опитаних). Також збільшилася кількість респондентів, які розглядали студентський колектив (21,2%) та позааудиторну роботу (43,2%) як важливі чинники, які впливають на усвідомлення необхідності зміцнення та збереження здоров'я. Також значно збільшилася кількість студентів, які ствердо відповіли на запитання щодо волонтерської діяльності як ефективного засобу формування здоров'язбережувальної компетентності (84,2%) та бажання відвідувати позааудиторні та волонтерські здоров'язбережувальні заходи (81,9%).

Отже, у студентів експериментальної групи простежується значна позитивна динаміка сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді за ціннісно-мотиваційним критерієм (прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема засобами волонтерства).

На нашу думку, це зумовлено тим, що студентам у процесі впровадження першої педагогічної умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності – формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської роботи) – були запропоновані різноманітні заходи та форми роботи, спрямовані на формування мотивації до здоров'язбережувальної діяльності. А саме: виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі, змагання, походи), спрямовані на формування мотивації студентської молоді до здоров'язбереження та волонтерства залучення студентської молоді до участі у волонтерських заходах в межах діяльності університетських структур (Студентська волонтерська служба, Молодіжний центр «START»), волонтерських осередків поза університетом (Волонтерський центр «Разом» та ін.).

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за *когнітивно-пізнавальним критерієм* (до і після формувального експерименту) подано у таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за когнітивно-пізнавальним критерієм (до і після формувального експерименту)

Когнітивно-пізнавальний критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
До експерименту	3	1,7	4	2,1	84	44,7	87	45,5	101	53,7	100	52,4
Після експерименту	6	3,2	35	18,3	92	48,9	117	61,3	90	47,9	39	20,4
Приріст		+1,5		+16,2		+4,2		+15,8		–5,8		–32,0

Як видно з даних, наведених у таблиці, за когнітивно-пізнавальним критерієм після впровадження педагогічних умов та проведення експерименту високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів експериментальної групи (ЕГ) зріс на 16,2%, середній рівень зріс на 15,8%, низький рівень навпаки – знизився на 32,0 %. У порівнянні з експериментальною групою, у студентів контрольної групи (КГ) високий рівень зріс на 1,5%, середній рівень зріс на 4,2%, низький рівень знизився на 5,8%.

Відповідно до результатів підсумкової діагностики підвищився рівень знань студентів експериментальної групи стосовно правил здоров'язбереження. Також значно збільшилася кількість респондентів (79,5%), які розглядають волонтерську здоров'язбережувальну діяльність

як ефективний захід з профілактики шкідливих звичок у здобувачів освіти. Після проведення формувального експерименту в опитаних студентів переважав середній (61,3%,1%) та високий (18,3%) рівні знань, необхідних для збереження і зміцнення здоров'я, як власного, так і оточуючих (складові режиму дня, необхідна добова норма рухового режиму та сну, психологічне здоров'я, культура спілкування).

Отже, у студентів експериментальної групи простежується значна позитивна динаміка сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді за когнітивно-пізнавальним критерієм (сукупність знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища, зокрема, волонтерської діяльності). На нашу думку, це зумовлено тим, що студентам у процесі впровадження другої педагогічної умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності – удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства – були запропоновані різноманітні заходи та форми роботи, а саме: виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі), участь студентської молоді в науково-практичних заходах (конференції, семінари кафедр, науково-дослідних лабораторій, центрів), участь студентської молоді у проєктній діяльності, підвищення кваліфікації здобувачів освіти з питань здоров'язбереження, волонтерства.

Результати рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за *діяльнісно-практичним* критерієм (до і після формувального експерименту) подано у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за діяльнісно-практичним критерієм (до і після формувального експерименту)

Діяльнісно-практичний критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
До експерименту	4	2,1	5	2,7	84	44,7	85	44,5	100	53,2	101	52,8
Після експерименту	7	3,7	36	18,8	92	48,9	115	60,2	89	47,4	40	2,0
Приріст		+1,6		+16,1		+4,2		+15,7		–5,8		–30,8

За діяльнісно-практичним критерієм після впровадження педагогічних умов та проведення експерименту високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів експериментальної групи (ЕГ) зріс на 16,1%, середній рівень зріс на 15,7%, низький рівень навпаки – знизився на 30,8%. У порівнянні з експериментальною групою, у студентів контрольної групи (КГ) високий рівень зріс на 1,6%, середній рівень зріс на 4,2%, низький рівень знизився на 5,8%.

Зокрема, після проведення формувального експерименту серед студентів експериментальної групи збільшилася частка тих, хто позитивно відповів про залученість до волонтерських заходів уцілому (88,2%) та заходів із здоров'язбережувального волонтерства зокрема (81,6%). За результатами підсумкового проведення опитувальника «Мої дії щодо власного здоров'язбереження» значно збільшилася частка студентів, які володіють уміннями та навичками щодо організації здорового способу життя та здатністю до самовдосконалення власного здоров'я та навичок здоров'язбереження.

Отже, у студентів експериментальної групи простежується значна позитивна динаміка сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді за діяльнісно-практичним критерієм (уміння та навички щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження). На нашу думку, це зумовлено тим, що студентам у процесі впровадження третьої педагогічної умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності – впровадження інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної роботи – були запропоновані різноманітні заходи та форми роботи: долучення студентів до онлайн-волонтерства популяризація інклюзивного волонтерства серед студентської молоді (інклюзивна екскурсія, інклюзивні волонтерські заходи).

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за *особистісно-рефлексивним критерієм* (до і після формувального експерименту) подано у таблиці 3.5.

Таблиця 3.5

Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді за особистісно-рефлексивним критерієм (до і після формувального експерименту)

Особистісно-рефлексивний критерій	**Рівні сформованості**											
	Високий				**Середній**				**Низький**			
	КГ		ЕГ		КГ		ЕГ		КГ		ЕГ	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
До експерименту	5	2,7	6	3,1	83	44,1	85	44,5	100	53,2	100	52,4
Після експерименту	8	4,3	36	18,9	91	48,4	116	60,7	89	47,3	39	20,4
Приріст		+1,6		+15,8		4,3		16,2		–5,9		–30,0

Відповідно до даних, наведених у таблиці, за особистісно-рефлексивним критерієм після впровадження педагогічних умов та проведення експерименту високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів експериментальної групи (ЕГ) зріс на 15,8%, середній рівень зріс на 16,2%, низький рівень навпаки – знизився на 30,0%. У порівнянні з експериментальною групою, у студентів контрольної групи (КГ) високий рівень зріс на 1,6%, середній рівень зріс на 4,3%, низький рівень знизився на 5,9%.

За результатами підсумкового зрізу студенти експериментальної групи продемонстрували особистісні якості, необхідні для здійснення здоров'язбережувальної діяльності та здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності. На запитання «Чи володієте Ви якостями, необхідними для здійснення волонтерської здоров'язбережувальної діяльності?» значна частина студентів (84,5%) дали ствердну відповідь.

Отже, у студентів експериментальної групи простежується значна позитивна динаміка сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді за особистісно-рефлексивним критерієм (наявність особистої стратегії здоров'я, особистісних якостей, необхідних для здійснення здоров'язбережувальної діяльності та здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності, зокрема, волонтерської). На нашу думку, це зумовлено комплексним упровадження трьох педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності, запропонованих у дослідженні: формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської діяльності); удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства на рівні формальної, неформальної освіти; впровадження інноваційних форм волонтерської

здоров'язбережувальної діяльності.

Отже, за результатами підсумкового етапу експерименту підтверджено наявність суттєвих позитивних змін у динаміці рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів експериментальної групи, що підтверджує ефективність обґрунтованих та впроваджених педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. Порівняння результатів діагностики рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді до і після формувального експерименту подано у таблиці 3.6.

Таблиця 3.6

Динаміка рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді

(за результатами експериментальної роботи)

Рівні	Конст. експер.		Формув. експер.		Приріст	Конст. експер.		Формув. експер.		Приріст
	КГ					ЕГ				
	осіб	%	осіб	%	%	осіб	%	осіб	%	%
Високий	4	2,2	7	3,8	+1,6	5	2,6	36	18,8	+16,2
Середній	83	44,1	92	48,9	+4,8	86	45,1	116	60,7	+15,6
Низький	101	53,7	89	47,3	–6,4	100	52,3	39	20,4	-31,9

Отже, кількість студентів ЕГ з високим рівнем здоров'язбережувальної компетентності збільшилась на 16,2% (на констатувальному етапі високий рівень показали 2,6%, а на підсумковому – 18,8% студентів); середній рівень здоров'язбережувальної компетентності збільшився на 15,6% (на констатувальному етапі – 45,1%, на підсумковому 60,7%); низький рівень навпаки – зменшився на 31,9% (на констатувальному етапі – 52,3%, на підсумковому – 20,4%).

Наведені вище дані підтвердили ефективність запропонованих педагогічних умов формування здоров'язбережувальної компетентності

студентської молоді у процесі волонтерської діяльності.

Узагальнення результатів дослідно-експериментальної роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності дозволило зробити такі висновки:

1. У студентів ЕГ (порівняно зі студентами КГ) за всіма критеріями (ціннісно-мотиваційним, когнітивно-пізнавальним, діяльнісно-практичним, особистісно-рефлексивним) зафіксовано позитивні якісні та кількісні зміни щодо підвищення показників середнього та високого рівнів здоров'язбережувальної компетентності.

2. Визначені та впроваджені педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності сприяють підвищенню рівня здоров'язбережувальної компетентності студентів шляхом упровадження експериментально перевірених ефективних форм роботи за такими напрямами:

– виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі, змагання, походи), спрямовані на формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження та волонтерства залучення студентської молоді до участі у волонтерських заходах у межах діяльності університетських структур (Студентська волонтерська служба, Молодіжний центр «START»), волонтерських осередків поза університетом (Волонтерський центр «Разом» та ін.);

– виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі), участь студентської молоді в науково-практичних заходах (конференції, семінари кафедр, науково-дослідних лабораторій, центрів), у проєктній діяльності, підвищення кваліфікації здобувачів освіти з метою удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства на рівні формальної,

неформальної освіти;

– долучення студентів до онлайн-волонтерства, популяризація інклюзивного волонтерства серед студентської молоді (інклюзивна екскурсія, інклюзивні волонтерські заходи) та інші інноваційні форми волонтерської здоров'язбережувальної роботи.

3. З-поміж перспективних напрямів волонтерської здоровязбережувальної діяльності, які, на нашу думку, отримають схвалення в студентському середовищі – створення та розміщення на сайтах факультетів / університетів онлайн-ресурсів з метою популяризації волонтерства як ефективного засобу розвитку громадянського суспільства в умовах військового та поствоєнного стану, безпосередня участь студентів у волонтерській допомозі, профілактичній здоров'язбережувальній роботі, реабілітаційній діяльності; розвиток теоретико-практичних та методичних основ щодо нових форм волонтерства (інклюзивне волонтерство, спортивне волонтерство, та ін.).

ПІСЛЯМОВА

У дисертації теоретично обґрунтовано й визначено шляхи практичного розв'язання важливого наукового завдання щодо формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. Результати проведеного дослідження засвідчили досягнення мети та розв'язання поставлених завдань, що дають можливість зробити висновки:

1. Здійснено аналіз стану дослідженості наукової проблеми (наукові, науково-методичні праці, дисертації, збірники матеріалів науково-практичних заходів, матеріали з розробки наукових тем структурних рідрозділів ЗВО та наукових установ, аналітичні огляди, звіти, онлайн ресурси тощо) за двома тематичними напрямами: праці з проблем формування здоров'язбережувальної компетентності, здорового способу життя та культури його дотримання, визначення механізмів і розробки організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних умов, які забезпечують оптимальне вирішення цих завдань; праці з питань волонтерства, волонтерського руху.

Переважна більшість авторів переконані, що формування здорового способу життя є комплексною проблемою; період навчання у закладі вищої освіти вважається важливим сенситивним для формування здоров'язбережувальної компетентності, а студентську молодь розглядають як активного суб'єкта формування здоров'язбережувального середовища.

Уточнено сутність ключових понять дослідження: «компетентність», «здоров'я», «здоровий спосіб життя», «здоров'язбереження», «здоров'язбережувальна компетентність» (інтегральна якість особистості (знання про людину та її здоров'я, здоровий спосіб життя; мотиви, що мають здоров'язбережувальну спрямованість у ставленні до себе та

оточення, спонукають до ведення здорового способу життя; потреба в освоєнні способів збереження здоров'я, орієнтованих на самопізнання та самореалізацію), яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язбережувальної діяльності).

Формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді розглядаємо як цілеспрямований процес розвитку інтегральної якості особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язбережувальної діяльності студентської молоді як окремої соціально-демографічної групи суспільства, що вирізняється за сукупністю вікових та психофізіологічних особливостей, від рівня здоров'я якої залежить не лише якість власного життя, а й якість майбутньої професійної діяльності.

2. Виокремлено особливості волонтерської діяльності як ресурсу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, що активізується в умовах кардинальних соціально-економічних змін, суспільних викликів. Волонтерську діяльність розглядаємо як соціально-педагогічний феномен, ефективний засіб соціалізації, соціального становлення особистості, студентської молоді як окремої соціально-демографічної групи суспільства, що вирізняється за сукупністю вікових та психофізіологічних особливостей.

З'ясовано, що волонтерська здоров'язбережувальна діяльність є перспективною інноваційною формою роботи у справі формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді – чисельної групи волонтерів, які працюють у соціальній сфері загалом та розвитку здоров'язбережувального середовища зокрема.

Проведений аналіз стану формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності засвідчив зацікавленість учасників освітнього процесу означеним питанням. У переважній більшості ЗВО питання здоров'язбереження

особистості, формування здоров'язбережувальної компетентності є одним із ключових у реалізації аудиторної та позааудиторної складових підготовки фахівців.

Виокремлено особливості позааудиторної волонтерської роботи у діяльності об'єднань студентів: волонтерські служби, волонтерські клуби (на базі ЗВО, клубів за місцем проживання, центрів соціальних служб); молодіжні волонтерські інформаційно-просвітницькі проєкти, програми; студентські волонтерські групи, які діють на базі громадських організацій, неформальних об'єднань.

3. Визначено компоненти здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді: мотиваційний, когнітивний, діяльнісний, рефлексивний. Охарактеризовано критерії та показники сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності: *ціннісно-мотиваційний* – прагнення вести здоровий спосіб життя, усвідомлення значення здоров'я, позитивне та відповідальне ставлення до свого здоров'я, вмотивованість до здоров'язбережувальної діяльності, зокрема засобами волонтерства; *когнітивно-пізнавальний* – сукупність знань з питань здорового способу життя, здоров'язбереження та діяльності, спрямованої на створення здоров'язбережувального середовища (зокрема, волонтерської діяльності); *діяльнісно-практичний* – уміння та навички щодо організації здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження; *особистісно-рефлексивний* – наявність особистісних якостей, необхідних для здійснення здоров'язбережувальної діяльності та здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності (зокрема, волонтерської).

На основі критеріїв визначено рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності: високий, середній, низький.

Встановлено, що за результатами констатувального експерименту в обох групах (ЕГ та КГ) переважав низький рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді: переважна більшість респондентів недостатньо розуміла специфіку та особливості волонтерської діяльності як важливого та ефективного ресурсу формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, володіла відповідними уміннями і навичками та особистісними якостями щодо організації відповідних заходів.

4. Визначено та обґрунтовано педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності: формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської діяльності); удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства на рівні формальної, неформальної освіти; впровадження інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної діяльності.

Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи підтвердив наявність суттєвих позитивних змін у динаміці рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів експериментальної групи. Зокрема, кількість студентів ЕГ з високим рівнем здоров'язбережувальної компетентності збільшилась на 16,2 % (на констатувальному етапі високий рівень показали 2,6%, а по завершенню – 18,8% студентів).

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів наукової проблеми. Докладного вивчення потребують такі перспективні напрями, дотичні до проблеми дослідження, як вивчення теоретико-практичних та методичних основ нових форм здоров'язбережувальної волонтерської діяльності (інклюзивне волонтерство, спортивне волонтерство, та ін.), які сприятимуть розвитку студентської молоді та громадянського суспільства в умовах військового та поствоєнного стану.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрющенко Т. К. Теоретико-методичні засади формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку. Дис. д-ра пед. наук: 13.00.08, Держ. закл. «Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського». Одеса, 2015. 400 с.

2. Антонова О. Є., Поліщук Н. М. Підготовка вчителя до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів : монографія. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 248 с.

3. Антонова О., Поліщук Н. Здоров'язберігаюча компетентність особистості як наукова проблема (аналіз поняття). *Вища освіта у медсестринстві: проблеми і перспективи*. Житомир: Полісся, 2011. С. 27–31.

4. Башавець Н. А. Стан захворюваності сучасної студентської молоді та шляхи його поліпшення. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2011. № 7. С. 6–10.

5. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. … доктора пед. наук : 13.00.04. Одеса, 2012. 555 с.

6. Безпалько О. В. Підготовка волонтерів до проведення організаційних форм соціально-педагогічної діяльності / Волонтерство: порадник для організатора волонтерського руху в Україні / Уклад.: Т. Л. Лях; авт. кол.: О. В. Безпалько, Н. В. Заверико, І. Д. Звєрєва. К. : ВГЦ «Волонтер», 2001. С. 128-137

7. Безрукавий Р. В. Здоров'язберігаючі навчальні технології як технологічна основа здоров'язберігаючої педагогіки. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Педагогічні науки. 2012. № 22 (2). С. 12–18.

8. Бережна Т., Карленко Н. Формування здоров'язбережувального освітнього середовища: обґрунтування стратегії. *Рідна школа*. 2017. №9/10. С. 96–99.

9. Бєлікова Н. О. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності: автореф. дис. … доктора пед. наук: 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Національний університет біоресурсів і природокористування України. Київ, 2012. 47 с.

10. Бобрицька В. І. Формування здорового способу життя у майбутніх учителів : монографія. Полтава : Скайтек, 2006. 432 с.

11. Бобрицька В. І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 Теорія і методика професійної освіти. К., 2006. 40 с.

12. Богдановська В. Про інклюзивне волонтерство як ресурс з формування культури здорового способу життя. URL: https://bit.ly/3njvTpk (дата запиту: 06.07.2021)

13. Бойко І. А. Добровольча діяльність в олімпійському спорті: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01; Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. Київ, 2018. 20 с.

14. Бондаренко З. П., Журавель Т. В., Лях Т. Л. та ін. Менеджмент волонтерських груп від А до Я / За ред. Т.Л. Лях. К. : Версо-04, 2012. С. 7–21.

15. Бондаренко Т. С. Визначення структури здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів біології. *Педагогічні науки : теорія, історія, інноваційні технології.* Суми : Сумський державшій педагогічний університет імені А. С. Макаренка, 2012. №1(19). С. 214–223.

16. Бондарєв Л. Я. Формування особистості вихователя в умовах університетської освіти : монографія. Донецьк : Донбас, 1996. 264 с.

17. Борисенко В. В. Формування здоров'язбережувальіюї компетентності студентів технічних спеціальностей в умовах неформальної освіти засобами фізичного виховання. Дис. … канд. пед. наук: 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Чернігів, 2020. 298 с.

18. Борисенко В. В. Модель формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців технічних спеціальностей в умовах неформальної освіти. *Збірник наукових праць «Педагогіка та психологія»*. 2019. Вип. 62. С. 30–38.

19. Бусел В. Т. валеологія. К.; Ірпінь: ВТФ, «Перун». 2005. 1728 с.

20. Бутенко В. Г. Підготовка майбутніх вихователів до формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників засобами ігрової діяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук; спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. Суми, 2018. 23 с.

21. Буяк В. С. Молодь як особлива соціально-демографічна група в умовах становлення соціальної правової держави та громадянського суспільства. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України*. 2007. Вип. 36. С. 198–209.

22. Бялик О. В. Професійно-педагогічна компетентність викладача закладу вищої освіти : навч. посіб. ; МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини. Умань : Візаві, 2020. 127 с.

23. Вайпола Р. Х. Волонтерський рух в Україні: Тенденції розвитку. (Текст). Вайпола Р. Х., Капська А. Й., Комарова Н. М. та ін. К. : Академпрес, 1999. 112 с.

24. Валеологія. Теоретичні основи валеології : навч. посібник / Е. Г. Булич, І.В. Муравов. К. : ІЗМН, 1997. 224 с.

25. Вашкович В.В. Генеза волонтерства як суспільного явища та його правове відмежування від суміжних категорій. Правова держава. 2017. № 28. С. 39–44.

26. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод., допов. та CD) / Уклад і голов. ред. В.Т. Бусел. К.; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2009. 1736 с.

27. Веретенко Т. Г. Відповідальне ставлення студентів до здоров'я – запорука успішності у навчанні. Соціально-педагогічні аспекти сприяння здоров'ю учнівської та студентської молоді : матеріали III Міжнар. соц.-педагог. конф., жовт. 2008 р. Луцьк, 2008. С. 62–67.

28. Вознюк О. В. Психолого-педагогічні основи формування у суб'єктів освітнього процесу здорового способу життя. URL: http://eprints.zu.edu.ua /26524/1/%D0%92%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8E%D 0%BA%20%D0%9B%D0%B5%D 0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F.pdf

29. Волкова І. В. Поняття «здоров'язберігаючі технології» та їх класифікації. URL: http://edu.post-diploma. kharkov.ua (дата запиту: 03.07.2020).

30. Волонтери в соціальній роботі / Упоряд.: О. Главник, Н. Романова, Т. Дружченко. К. : Плавник, 2006. 128 с.

31. Волонтерство : порадник для організатора волонтерського руху / О. В. Безпалько, Н. В. Заверико, І. Д. Звєрєва [та ін.] ; уклад. Т. Л. Лях. К. : ВГЦ «Волонтер», 2001. 176 с.

32. Волонтерство. Міністерство соціальної політики України. URL: https://www.msp.gov.ua/timeline/Volonterstvo.html (дата запиту: 12.09.2023).

33. Волонтерство в Україні. *Благодійний фонд UWCF Олени Уманської.* URL: https://uwcfoundation.com/ua/blagotvoritelnost-v-ukraine/volonterstvo-v-ukraini (дата запиту: 01.05. 2023).

34. Волонтерство в Україні. Як допомогти тим, хто допомагає? URL: http://www.radiosvoboda. org/a/26725753.html (дата запиту: 02.08.2021).

35. Волонтерство під час війни (Українська Волонтерська Служба). Prometeus. URL: https://prometheus.org.ua/course/course-

v1:Prometheus+VW101+2022_T3 (дата запиту: 12.08.2022).

36. Волонтерство під час війни. Українська волонтерська служба. URL: https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+VW101+2022_T3 (дата запиту: 11.04.2023).

37. Волонтерство під час карантину. UReport : вебсайт. URL: https://ukraine.ureport.in/opinion/4513/ (дата запиту: 10.02.2021).

38. Волонтерство. Національна соціальна сервісна служба України. URL: https://nssu.gov.ua/volonterstvo (дата запиту: 27.08. 2023).

39. Волонтерство. Режим доступу: https://proactive.in.ua/proekt-volonterstvo?gclid=CjwKCAiA4rGCBhAQEiwAelVti9SZSeZ-1DpeavFPhtVXvyC3MbZy0SxBR-S3Ay89EhfYo9KH4z82qRoCCb0QAvD_BwE (дата запиту: 02.08.2021).

40. Волонтерська організація «РАЗОМ» (м. Умань). URL: https://www.facebook.com/groups/1413678352295572/ (дата запиту: 02.07.2022).

41. Волонтерська платформа. Українська волонтерська служба. URL: https://platforma.volunteer.country/ (дата запиту: 12.04.2023).

42. Волонтерська та благодійна діяльність. Київський університет імені Бориса Грінченка. URL: https://kubg.edu.ua/struktura/pidrozdili/2012-11-23-07-23-58/2011-07-12-12-57-40/volonterska-ta-blahodiina-diialnist.html (дата запиту: 20.03.2021).

43. Волонтерський рух в Україні: тенденції розвитку / Вайнола Р. Х., Капська А. Й., Комарова Н. М. та ін. К.: Академпрес, 1999. 112 с.

44. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальн их закладів засобами фізичного виховання: Автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: Спец. 13.00.07 «Теорія та методика виховання». Херсон, 2006. 20 с.

45. Всеукраїнський громадський центр «Волонтер». URL: https://volunteer.kiev.ua/ (дата запиту: 10.02.2021).

46. Говоруха Н. О. Соціально-педагогічні умови розвитку волонтерського руху в Україні. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*: Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. 2019. Вип. 70. С. 60–64.

47. Голіков О. Б. Підготовка майбутніх учителів до організації позакласної дозвіллєвої діяльності страшокласників : дис... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.04 / Голіков Олександр Борисович. Бердянськ, 2007. 207 с.

48. Горінов Павло, Драпушко Ростислав. Волонтерська діяльність в Україні: соціально-правове дослідження: монографія. К. : Державний інститут сімейної та молодіжної політики, 2022. 240 с.

49. Гринькова Н., Стельмащук Ж., Ваколюк А. Роль волонтерської діяльності у формуванні особистості майбутнього вчителя початкової школи. Інноватика у вихованні. 2020. Вип. 11. Т. 2. С. 93–101.

50. Дейчаківський М. Роль громадських організацій в Україні. *Громада*. 1995. № 3. С. 10–15.

51. Демида С. М., Носок М. С. Мотивація студентів до волонтерської діяльності. *Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності*. 2016. № 13. С. 168–174.

52. Державна цільова соціальна програма «Молодь України» на 2021-2025 роки. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/579-2021-%D0%BF#Text (дата запиту: 20.02.202).

53. До Дня вдячності волонтерам. URL: https://fspo.udpu.edu.ua/%D0%B4%D0%BE-%D0%B4%D0%BD%D1%8F-%D0%B2%D0%B4%D1%8F%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96-%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BC/ (дата запиту: 20.05.2022).

54. Доманчук С. Роль волонтерства у процесі соціалізації студентської молоді. *Молодий вчений*. № 2 (42). 2017. С. 491–495.

55. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: Автореф. дис… на здобуття наук. ступеня канд.. наук з фізичного виховання і спорту: Спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К., 2003. 17 с.

56. Дослідження якості роботи з волонтерами. Українська волонтерська служба. URL: https://volunteer.country/ngovm (дата запиту: 11.08.2023).

57. Драгнєв Ю. В. Компоненти формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: наукова монографія. Харків : ХДАДМ (ХХПІ), 2007. 176 с.

58. Драгнєв Ю.В. Формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання: монографія. Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2009. 272 с.

59. Дубич К. В. Особистісно орієнтоване виховання студентів в умовах соціокультурного середовища вищого навчального закладу : дис. … канд. пед. наук: 13.00.07. Рівне, 2007. 267 с.

60. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / ред. І. Д. Звєрєва. 2-ге вид. Київ–Сімферополь : Універсам, 2013. 536 с.

61. Енциклопедія освіти / [голов. ред. В. Г. Кремінь]. К. : Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.

62. Європейська програма роботи, 2020–2025: Спільні дії для міцнішого здоров'я. Копенгаген: Європейське регіональне бюро ВООЗ; 2021. Ліцензія: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

63. Європейська хартія прав та обов'язків волонтерів. URL: http://ec.europa.eu/citizenship/pdf/volunteering_ charter_en.pdf (дата запиту: 20.03.2020).

64. Єжова О. До питання трактування понять педагогіки здоров'я. *Рідна школа*. 2017. № 1–2. С. 23–26.

65. Єлізарова С. В. Формування готовності майбутніх учителів основ здоров'я до здоров'язбережувальної діяльності у взаємодії школи та сім'ї: дис. … канд. пед. наук; спец. 13.00.02 – теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна МОН України. Харків, 2016. 22 с.

66. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень URL: www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/2010_1/10yvmcpi. pdl (дата запиту: 20.01.2020).

67. Жеребко І. А. Організаційно-змістові засади надання соціальних послуг людям з інвалідністю засобами інклюзивного туризму. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 231 Соціальна робота. – Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Умань, 2021. 298 с.

68. Життєва компетентність особистості: від теорії до практики: науково-методичний посібник / За ред. І. Г. Єрмакова. Запоріжжя : Центуріон, 2005. 640 с.

69. Загальна декларація волонтерів. Париж, 14 вересня 1990. URL: http://www.volunteer.ru/5/1/5_1_dekl2.htm (дата запиту: 19.02.2019).

70. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Х. : Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.

71. Закон про волонтерство: доброчинність по-європейськи. URL: https://www.irf.ua/zakon_pro_volonterstvo_dobrochinnist_poevropeyski/ (дата запиту: 22.09.2023).

72. Закон України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 № 1556-VII URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18 (дата запиту: 20.02.2019).

73. Закон України «Про внесення змін до деяких законів України (щодо волонтерської діяльності)» URL: https://www.irf.ua/zakon_pro_volonterstvo_dobrochinnist_poevropeyski/ (дата запиту: 20.03.2019).

74. Закон України «Про освіту» (2017, зі змінами). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text (дата запиту: 22.01.2021).

75. Закон України «Про основні засади молодіжної політики» (Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2021, № 28, ст.233). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1414-20#Text (дата запиту: 20.05.2022).

76. Закон України «Про соціальні послуги». Режим доступу: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text (дата запиту: 20.02.2022).

77. Закон України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю» (2001, зі змінами). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14#Text (дата запиту: 18.02.2019).

78. Закон України Про волонтерську діяльність : Закон України від 19 квіт. 2011 р., № 3236 VI, зі змінами. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3236-17#Text (дата запиту: 27.04.2023).

79. Звєрєва І. Д., Лактіонова Г. М. Розвиток соціальної роботи та соціальної педагогіки в Україні: (підсумки 2-річної реалізації проекту «Соціальна освіта в Україні»). *Практична психологія та соціальна робота*. 2001. № 4. С. 2–6.

80. Звіт про виховну роботу факультету фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини за 2021 н.р.–2022 н.р. https://ffv.udpu.edu.ua/ (дата запиту: 01.10.2022).

81. Здобувачка ФСПО волонтерить у Туреччині. URL: https://fspo.udpu.edu.ua/%d0%b7%d0%b4%d0%be%d0%b1%d1%83%d0%b2%d0%b0%d1%87%d0%ba%d0%b0-%d1%84%d1%81%d0%bf%d0%be-%d0%b2%d0%be%d0%bb%d0%be%d0%bd%d1%82%d0%b5%d1%80%d0%b8%d1%82%d1%8c-%d1%83-%d1%82%d1%83%d1%80%d0%b5%d1%87/ (дата запиту: 02.06.2023).

82. Здоров'я молоді. Енциклопедія сучасної України. URL: https://esu.com.ua/search_articles.php?id=69332 (дата запиту: 18.04.2020).

83. Здоров'язбережувальна компетентність. МОН затвердило нову типову програму підвищення кваліфікації. URL:file:///C:/Users/Admin/Downloads/61fbcf3732bf8848412595.pdf (дата запиту: 02.05.2022).

84. Здоров'язбережувальна компетентність. МОН затвердило нову типову програму підвищення кваліфікації. URL: file:///C:/Users/Admin/Downloads/61fbcf3732bf8848412595.pdf (дата запиту: 09.01.2023).

85. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна /за заг. ред. Л.М. Рибалко. Тернопіль : Осадца В.М., 2019. 400 с.

86. Здоров'язберігаюча компетентність особистості як наукова проблема (аналіз поняття). *Вища освіта у медсестринстві*: *проблеми і перспективи*: зб. статей всеукраїнської науково-практичної конференції. 10-11 листопада 2011. Житомир : Полісся, 2011. С. 27–31.

87. Здоровий спосіб життя дітей шкільного віку. Веб-сайт ВООЗ, ЮНІСЕФ. URL: http://www.uisr.org.ua/ img/upload/files/Analitical_report_HBSC_2015_fin_UA.pdf (дата запиту: 16.02.2019).

88. Зимівець Н. В. Навчання здоров'я: просвітницька робота з підлітками щодо збереження розвитку та зміцнення репродуктивного

здоров’я підлітків : навч.-метод. посіб. / Н.В. Зимівець, С.П. Петрович, О.Ю. Закусило; га заг. ред. Н. В. Зимівець. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. 360 с.

89. Зоріна О. М. Здоров’язберігаючі технології в підготовці майбутнього фахівця. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pipo/2011_30-31/11zmotfs.pdf (дата запиту: 18.02.2021).

90. Зробимо Україну чистою разом. Let’s Do It, Ukraine! Більше мільйона українців вийшли на прибирання. URL: https://letsdoitukraine.org (дата запиту: 10.02.2022).

91. Інноваційні інструменти формування здоров'язбережувальної компетентності учнів. URL: https://naurok.com.ua/learn/innovaciyni-instrumenti-formuvannya-zdorov-yazberezhuvalno-kompetentnosti-uchniv-16 (дата запиту: 18.07.2023).

92. Інноваційні інструменти формування здоров'язбережувальної компетентності учнів. URL: https://naurok.com.ua/learn/innovaciyni-instrumenti-formuvannya-zdorov-yazberezhuvalno-kompetentnosti-uchniv-16 (дата запиту: 19.12.2022).

93. Іонова О. М. Здоров’язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/ppmb/texts/ 2009-01/09iomppp. Pdf (дата запиту: 21.02.2021).

94. Калениченко Р. А. Волонтерство в соціальній роботі: навч. посіб. К. : КиМУ, 2008. 86 с.

95. Каленіченко Л. Г. Здоров’язбережувальні технології в практиці викладання різних навчальних дисциплін. *Основи здоров’я*. 2017. № 6. С. 20–25.

96. Капранова Г. В. Формування культури здоров’я у старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста.

Автореферат на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук за спеціальністю 13.00.07 – теорія і методика виховання. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. К., 2010. 26 с.

97. Карпич І. Законодавче забезпечення державної політики щодо формування здорового способу життя серед молоді. *Věda a perspektivy*. No 5(12) 2022. С. 97–105.

98. Кафедра медико-біологічних основ фізичної культури УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://ffv.udpu.edu.ua/?page_id=6526 (дата запиту: 18.05.2023).

99. Кацпровіч М., Боровєцка Б. Довідник з Е-волонтерства : практ. посібник для осіб, установ та організацій, які хочуть використовувати нові технології та долучитися до віртуальної спільноти, щоб зробити свій внесок. URL: https://www.sii.org.ua/wp-content/uploads/2016/07/dowidnik-z-ewolontierstwa.pdf (дата запиту: 15.03.2022).

100. Кий-Кокарєва В. Г., Завадська Н. В., Ліцоєва О. М. Фізичний та функціональний стан сучасного студентства в процесі фізичної рекреаційної діяльності та здоров'язберегаючих технологій. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. № 1 (332). 2020. С. 65–74.

101. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників: Автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія та методика виховання». К., 2004. 21 с.

102. Кірдан О.П., Кірдан О.Л. Андрагогічний підхід у підготовці здобувачів вищої освіти: традиції і тенденції розвитку. *Modern engineering and innovative technologies* Issue 22. Part 2. P. 72–79.

103. Коберник О.М. Теорія і методика виховання: сучасні тенденції розвитку. Умань: ВІЗАВІ, 2018. 292 с.

104. Коберник О.М., Андрощук І.П., Гагарін М.І. та ін. Проєктна технологія в інноваційному освітньому процесі: теорія і практика: монографія. / За заг.ред. Коберника О.М. Умань: Візаві, 2021. 312 с.

105. Козубовська І.В., Козубовський Р.В., Милян Ж.І. Залучення майбутніх фахівців соціально-педагогічної сфери до волонтерської діяльності: методичні рекомендації. Ужгород: ДВНЗ «Ужгородський національний університет», 2022. 34 с.

106. Козубовський Р. В. Студентська молодь як важливий ресурс волонтерства. *Науковий вісник УНУ. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. Вип. 28. С. 76–79.

107. Коляда Н. М., Левченко Н. В. Позитивний молодіжний розвиток як основний принцип соціальної роботи з молоддю. *Актуальні проблеми підготовки фахівців соціальної сфери* : матеріали Всеукраїнських науково-методичних семінарів (Умань, 18 квітня 2018 р. та 26 квітня 2018 р.) / [ред. кол. : Коляда Н.М. та ін.]. Умань: ВПЦ «Візаві», 2018. С. 79–83.

108. Коляда Н. М. Новітні підходи до молодіжної роботи як стратегічного напряму соціальної політики в Україні. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. Херсон, 2018. Вип. LXXIX. Т. 2. С. 210–214.

109. Коляда Н.М., Поліщук Н.М. Волонтерська здоров'язбережувальна діяльність як форма соціального становлення студентської молоді. *Соціальна робота та соціальна освіта.* 2021. № 1 (6). С. 184–191. Режим доступу: http://srso.udpu.edu.ua/article/view/234181

110. Коляда Наталія, Поліщук Наталія, Коляда Назарій. Волонтерська здоров'язбережувальна діяльність в контексті соціально-психологічної реабілітації дітей та молоді внаслідок війни Соціально-психологічна реабілітація вразливих категорій громадян від наслідків війни: колект. моногр. / Н. Коляда, О. Кравченко, Н. Левченко та ін. ; МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини. ФОП Ямчинський О.В., 2022. С. 20–33.

111. Коляда Наталія, Поліщук Наталія. Інклюзивне волонтерство в умовах сучасних суспільних викликів. *Наукові студії* : зб. наук. праць за результатами Міжнародної науковопрактичної конференції «Психологічний супровід особистості в умовах сучасних викликів постмодерного суспільства: теоретичні засади та прикладні аспекти»(25 листопада 2022р.) / [За заг. ред. Е.А. Панасенко]. Краматорськ: Видавництво ЦТРІ- «Друкарський дім», Вип. 9. С. 190–193.

112. Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. *URL:* http://www.hgpa.kharkov.com/%d0%b3%d0%be%d0%bb%d0%be%d0%b2%d0%bd%d0%b0/%d0%be%d1%81%d0%b2%d1%96%d1%82%d0%bd%d1%8c%d0% (дата запиту: 09.10.2022).

113. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О. В. Овчарук. К. : «К.І.С.», 2004. 112 с.

114. Кондес Т. В. Соціально-психологічні особливості формування здоров'язберігаючих компетентностей майбутніх фахівців соціономічного профілю: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05; Східноукр. нац. ун-т ім. Володимира Даля. Сєвєродонецьк, 2019. 20 с.

115. Кондрацька Г. Д. Шляхи формування здоров'язбережувальної компетентності у професійній підготовці майбутніх учителів фізичної культури. *International Academy Journal Web of Scholar*. 2018. 10(28), Vol.2. P. 14–18.

116. Концепція розвитку системи громадського здоров'я. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1002-2016-%D1%80#Text (дата запиту: 21.02.2021).

117. Король О., Хрипач А., Заліско О., & Зелікова Т. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів у процесі фізичного виховання засобами дистанційного навчання. *Науковий часопис*

Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2020. №7(127). С. 95–99.

118. Котелевець А. Волонтерство онлайн: виклики сьогодення. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2021. Вип.1 (6). С. 98–104.

119. Коцур Н. І. Підготовка педагога до формування здоров'язбережувальної компете нтності в учнів: теоретичний аспект URI: http://ephsheir.phdpu.edu.ua:8081/xmlui/handle/8989898989/3405 (дата запиту: 15.09.2021).

120. Кравченко О. О. Інклюзивний туризм в умовах закладу освіти: принципи, функції, напрями та види. *Ввічливість.* 2022. № 1. С. 42–49.

121. Кравченко О. О., Кучер Г. М. Інклюзивний соціально-реабілітаційний туризм як складова соціальної роботи у громаді (на прикладі м. Умань). *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Педагогіка. Соціальна робота.* 2019. Вип. 2(45). С. 109–114.

122. Кравченко О.О. Національно-патріотичний табір для студентської молоді «Дія» – інноваційна форма виховання в умовах закладу вищої освіти. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини*. Умань : ВПЦ «Візаві», 2018. Вип. 1. С. 140–151.

123. Кравченко О.О., Песоцька Ю.Ю. З досвіду впровадження інклюзивного туризму серед студентської молоді. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету, 2021. Вип. 2. С. 44–50.

124. Кравченко Оксана. Система соціально-психологічної реабілітації дітей та молоді з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного туризму. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. Вип. 1(50). С. 138–144.

125. Кравчук Н.П. Формування здоров'язбережувальної

компетентності у майбутніх вихователів ДНЗ у процесі професійної підготовки (констатувальний етап експерименту). *Педагогічний дискурс*. 2016. Вип. 20. С. 99–106.

126. Кривошеєва Г. Л. До проблеми формування культури здоров'я студентів університету. *Педагогічні науки*: Зб. наук. праць Бердянського державного педагогічного інституту ім. П. Д. Осипенко: у 2-х ч. Ч. 2. Бердянськ, 2002. С. 171–178.

127. Крижановська Т. І. Волонтерський рух на Харківщині: проблеми та перспективи. *Управління розвитком*. 2010. № 7(83). С. 123–124.

128. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. К. : Олімпійська література, 2010. 248 с.

129. Курліщук І. І., Швирка В. М. Педагогічні умови розвитку соціальної компетентності майбутніх фахівців засобом волонтерської діяльності. *Débats scientifiques et orientations prospectives du développement scientifique.* 2021. Volume 5. С. 84–87.

130. Ландо О. А. Здоров'язберігальна компетентність майбутніх учителів початкових класів: поняття і структура. Педагогіка вищої та середньої школи. 2013. Вип. 39. С. 56–62.

131. Левінець Н. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. *Вісник Інституту розвитку дитини* : зб. наук. праць. Серія: Філософія. Педагогіка. Психологія. К. : Видво НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. Вип. 16. С. 116–120.

132. Левченко Н. В. (2021). Молодіжний центр «START»: з досвіду Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. *Ввічливість. Humanitas № 4.* С. 22–30.

133. Левченко Н. Молодіжний центр у контексті розвитку молодіжної роботи. *Ввічливість. Humanita*s. 2022. №1. С. 67–73. URL:

http://journals.vnu.volyn.ua/index.php/humanitas/article/view/513(дата запиту: 15.03.2022).

134. Левченко Н. Підготовка майбутніх фахівців спеціальності «Соціальна робота» до молодіжної роботи. *Ввічливість. Humanita*s. 2022. №2. С. 14–23. URL: http://journals.vnu.volyn.ua/index.php/humanitas/article/view/627 (дата запиту: 16.03.2022).

135. Лехолетова М. М. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки: дис. … канд. пед. наук; 13.00.05 – соціальна педагогіка Педагогічні науки. 2018. 270 с.

136. Лимар Ю. М. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів. *Інноваційна педагогіка*. Випуск 12. Т. 1. 2019. С. 41–44.

137. Литвин А. Ф. Визначення готовності майбутніх учителів технологій до використання здоров'язбережувальних технологій у процесі професійної підготовки. *Young Scientist*. 2016. № 9.1 (36.1). С. 111–114.

138. Литвин А.В. Методологічні засади поняття «педагогічні умови» : практ. посібник. 2-е вид., доп. і перероб. Львів : ЛДУБЖД, 2018. 88 с.

139. Лісовець О. В. Дослідження громадської активності сучасної студентської молоді. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя*. Сер.: Психолого-педагогічні науки. 2012. № 2. С. 18–22.

140. Лісовець О. В. Формування готовності майбутніх соціальних педагогів до роботи з громадськими дитячими та молодіжними організаціями : автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.05 / Лісовець Олег Васильович ; Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. К., 2008. 22 с.

141. Лозовицький О. С. Молодіжне лідерство і волонтерство в Україні. URL: http://www.experts.in.ua/baza/analitic/index.php?ELEMENT_ID=73474 (дата запиту: 16.02.2020).

142. Лях Т. Л. Історичні засади соціально-педагогічної діяльності волонтерів за кордоном. URL: https://core.ac.uk/display/19667262?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1

143. Лях Т. Л. Проблеми нормативно-правового забезпечення волонтерської діяльності в соціальній сфері. *Соціальна підтримка сім'ї та дитини у соціокультурному просторі громади* : матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (01-02 червня 2021 року, м. Суми). Суми : ФОП Цьома С.П., 2021.С. 69–72.

144. Лях Т. Л., Качуровська В. Ю. Організація дозвілля дітей студентами-волонтерами державних та неурядових організацій. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія «Соціальна робота». 2016. № 22. С. 77–82.

145. Лях Т. Л. Соціально-педагогічна діяльність студентських волонтерських груп: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.05 «Соціальна педагогіка». Київ, 2009. 20 с.

146. Маккарлі С. Управління діяльністю волонтерів. Як залучити громадськість до вирішення проблем суспільства / С. Маккарлі, Р. Лінч ; пер. з англ. О. Винничук. К. : Ресурсний центр розвитку громадських організацій «Гурт», 1998. 160 с.

147. Марчук А., Лобода В., Іваниса В. Волонтерська діяльність як засіб самовизначення й самореалізації молоді. Соціально-економічні відносини в цифровому суспільстві. 2023. Т. 2 (48). С. 104–116.

148. Мельничук І. Поняттєво-термінологічна основа формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців у вищій школі. *Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби України*. Серія: Педагогічні науки. 2020. № 1 (20). С. 179–190.

149. Менеджмент волонтерських програм: посібник для підготовки менеджерів волонтерських програм / За заг. ред. Т.І. Сила, Т.Л. Лях; авт. кол.: Т. Журавель, Т. Лях, К. Пуха та ін. К. : ФОП Буря О.Д., 2020. 174 с.

150. Методика організації волонтерського руху: навчальний посіб. /МОН України, Уманський ДПУ ім. Павла Тичини ; уклад. О. Д. Балдинюк. Умань : ПП Жовтий, 2009. 154 с.

151. Методологічні засади поняття «педагогічні умови». *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2013. № 4. С. 43–63.

152. Методологія впровадження програми менторства для екскомбатантів/ок «рівний-рівному». URL: https://www.undp.org/uk/ukraine/publications/metodolohiya-vprovadzhennya-prohramy-mentorstva-dlya-ekskombatantiv/ok-rivnyy-rivnomu (дата запиту: 10.03.2022).

153. Методологія науково-педагогічних досліджень: Підручник / С. О. Сисоєва, Т. Є. Кристопчук. Рівне : Волинські обереги, 2013. 360 с.

154. Миронюк Т. М. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів біології засобами інноваційних технологій в умовах освітнього середовища вищого навчального закладу: дис. канд. пед. наук; 13.00.04. Умань, 2017. 238 с.

155. Міжнародний проєкт «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» (HBSC, 2018 р.). URL: http://knowledge.org.ua/uk/hbsc-2018-socialna-obumovlenist-ta-pokazniki-zdorov-ja-pidlitkiv-ta-molodi/ (дата запиту: 10.03.2022).

156. Мій телефонний друг : Всеукр. проєкт дружньої підтримки людей, що опинилися на самоті. *Befriend.volunteer.country* : веб-сайт. URL: https://befriend.volunteer.country/ (дата звернення: 27.01.2021).

157. Молодіжна робота у сфері дозвілля та волонтерства. Силабус навчальної дисципліни. УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://fspo.udpu.edu.ua/%d0%bd%d0%b0%d0%b2%d1%87%d0%b0%d0%bb%d1%8c%d0%bd%d0%b0-%d1%80%d0%be%d0%b1%d0%be%d1%82%d0%b0/%d1%81%d0%b8%d0%bb%d0%b0%d0%b1%d1%83%d1%81%d0%b8/ (дата запиту: 10.01.2021).

158. Молодіжний центр «START» Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/PLakgbL (дата запиту: 10.09.2022).

159. Молодь за здоровий спосіб життя: щоріч. доп. Президенту України, Верхов. Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. ін-т розв. сім'ї та молоді; [редкол.: Н. Ф. Романова (голова) та ін.]. К. : ТОВ «Основа», 2010. 156 с.

160. Молодь України – 2015. Веб-сайт Предстаництва ООН в Україні. URL: http://www.un.org.ua/images/documents/3687/doslidzhennya_block_eng(1).pdf (дата запиту: 11.01.2019).

161. Мостіпака Т. П. Роль здоров'язберігаючої компетентності педагога в умовах сучасного освітнього простору. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. Сер. : Педагогічні науки. 2017. Вип. 3. С. 32–38.

162. Муромець В. Формування здоров'язбережувальної компететності майбутніх педагогів засобами інтерактивних технологій: практичний аспект. *Освітологічний дискур*с. 2015. № 4 (12). С. 149–157.

163. Наукова школа проф. О. О. Кравченко. Актуальні проблеми соціальної роботи в громаді: історія, теорія, практика. URL: http://surl.li/jhtbs (дата запиту: 02.08.2022).

164. Національна молодіжна стратегія до 2030 року. URL: https://www.president.gov.ua/documents/942021-37337 (дата запиту: 10.08.2021).

165. Національна стратегія розвитку державної молодіжної політики до 2030 року (2020). URL: https://www.kmu.gov.ua/news/uryad-shvaliv-nacionalnu-strategiyu-derzhavnoyi-molodizhnoyi-politiki-do-2030-roku (дата запиту: 10.04.2023).

166. Національна стратегія формування здорового способу життя дітей та молоді на період до 2025 року (2018-2019). ДУ Державний інститут сімейної та молодіжної політики. URL: https://dismp.gov.ua/diyalnist/proektna-diyalnist/proiekt-natsionalnoi-stratehii-formuvannia-zdorovoho-sposobu-zhyttia-ditej-ta-molodi-na-period-do-2025-roku-2018-2019/ (дата запиту: 10.01.2019).

167. Національно-патріотичний табір для студентської молоді «ДІЯ». Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/nLakE2r (дата запиту: 09.01.2021).

168. *Національний університет біоресурсів і природокористування України. URL:* https://nubip.edu.ua/node/3399/7 (дата звернення: 02.09.2022).

169. Огороднійчук М. В., Корнійчук Н. М. Вплив здорового способу життя на конкурентноспроможність особистості у сучасному суспільстві. Педагогіка здоров'я: збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції. Т. 1. Чернігів, 2017. С. 426–430.

170. Оленєв Д. Г. Методичні засади формування здоров’язбережувальної компетентності студентів вищих технічних навчальних закладів. дис. … д-ра пед. наук; 13.00.02 – теорія та методика

навчання (фізична культура, основи здоров'я). Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2020. 42 с.

171. Омельченко С. О. Здоров'язбережувальна педагогіка: сучасні тенденції та перспективи розвитку. *Рідна школа*. 2012. № 7. С. 25–28.

172. Омельченко С. О. Інтеграція студентів з обмеженими можливостями в інклюзивне освітнє середовище вищого навчального закладу. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету „Україна"*, 2015. №11. С. 55–59.

173. Омельченко С. О. Науково-теоретичні засади формування здорового способу життя (на аналізі досліджень вітчизняних учених). *Гуманізація навчально-виховного процесу* : зб. наук.пр. / [За заг. ред. проф. В.І. Сипченка]. – № 4 (78). Харків : ТОВ «Видавництво НТМТ», 2016. С. 4–12.

174. Оржеховська В. Педагогіка здорового способу життя. Шлях освіти. 2004. № 7. С. 11–12.

175. Осадченко Т. Створення здоров'язбережувального середовища початкової школи : практичний порадник. Умань : Візаві, 2016. 234 с.

176. Освітньо-наукова програма «Соціальна робота». УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/WLakFg7 (дата запиту: 10.01.2021).

177. Освітньо-професійна програма «Освітні, педагогічні науки» (соціально-виховна і культурно-дозвіллєва діяльність в закладах освіти та громаді). Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти. УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/WLakVPX (дата запиту: 10.01.2021).

178. Освітньо-професійна програма «Середня освіта (Фізична культура)». URL: УДПУ імені Павла Тичини. Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти. URL: https://ffv.udpu.edu.ua/?page_id=10416 (дата запиту: 06.01.2020).

179. Освітньо-професійна програма «Середня освіта (Фізична культура)». Другий (магістерський) рівень вищої освіти. УДПУ імені

Павла Тичини. URL: https://ffv.udpu.edu.ua/?attachment_id=10464 (дата запиту: 06.01.2020).

180. Освітньо-професійна програма «Соціальна робота (Молодіжна робота)». Другий (магістерський) рівень вищої освіти. УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/aLak5hH (дата запиту: 10.01.2021).

181. Освітньо-професійна програма «Соціальна робота (Соціально-психологічне консультування)». URL: Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти. УДПУ імені Павла Тичини. https://cutt.ly/NLalt1R (дата запиту: 10.05.2020).

182. Освітня програма «Соціальна робота» (ОС «магістр», галузь знань 23 Соціальна робота, спеціальність 231 Соціальна робота). Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. URL: https://vnu.edu.ua/uk (дата запиту: 11.06.2020).

183. Особиста фізична безпека для журналістів, громадських активістів та волонтерів в умовах війни. Prometeus. URL: https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+PPS101+2023_T1 (дата запиту: 02.05.2023).

184. Павлик, Н. П. (2005) *Волонтерська діяльність як засіб виховання студентської молоді.* Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість: Зб. матеріалів VIII Всеукр. наук.-практ. конф.: У 6-ти т. / І.І. Тимошенко (відп. ред.) та ін., Т. 4. pp. 127-130.

185. Павлик, Н. П., Пустовіт, Г. П. (2019) *The Content Analysis of Practices and Projects of Organizing Non-Formal Education in Ukraine.* Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки (96). pp. 82-88. ISSN 2663-6387

186. Палічук Ю. І. Педагогічні здоров'язбережувальні технології в системі підготовки фахівців економічного профілю : автореф. дис. … канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти». Тернопіль. 2011. 24 с.

187. Панченко Г. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до роботи з попередження дидактогенних порушень здоров'я учнів початкової школи; дис. … канд. пед. наук; 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка. Кропивницький, 2019. 24 с.

188. Панькова О. В., Касперович О. Ю., Іщенко О. В. Розвиток волонтерської діяльності в Україні як прояв активізації соціальних ресурсів громадянського суспільства: специфіка, проблеми та перспективи. *Український соціум*. 2016. № 2. С. 25–40.

189. Педагогіка здоров'я : збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково–практичної конференції (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.) : [в 2 т.] / ред. колегія : С. М. Шкарлет [та ін.]. Чернігів, 2017. Т. 1. 595 с.

190. Петренко І. В. Організаційно-методичні основи удосконалення підготовки спортивних волонтерів в системі проведення змагань : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01 / Петренко Ірина Вікторівна ; Харків. держ. акад. фіз. культури. Харків, 2018. 20 с.

191. Петров А. О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до застосування здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності: дис. … канд. пед. наук; 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Переяслав-Хмельницький, 2016. 19 с.

192. Пєхота О. М., Будак В. Д. Підготовка майбутнього вчителя до впровадження педагогічних технологій. К.: А.С.К. 2003. 240 с.

193. План роботи факультету фізичного виховання УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://ffv.udpu.edu.ua/?page_id=5314 (дата запиту: 11.09.2022).

194. Платонов В. Фізична культура – культура здоров'я. *Фізичне виховання в школі*. 2009. № 2. С. 40–43.

195. Платформа дистанційного навчання Всеукраїнського громадського центру «Волонтер». URL: https://elearning.volunteer.kiev.ua/login/index.php#section-2 (дата запиту: 12.02.2023).

196. Повідайчик О., Козубовський Р. Соціальна робота: вступ до спеціальності: навчально-методичний посібник для студентів суміжних спеціальностей, які здобувають освітній ступінь магістра соціальної роботи. Ужгород: УжНУ, 2018. 72 с.

197. Подолянчук Д. С. Чинники формування ціннісних орієнтацій студентів, які беруть участь у волонтерському русі. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 1. С. 168–172.

198. Поліщук Н. Волонтерська діяльність студентів в освітньому середовищі університету. *Multidisciplinární mezinárodní vědecký magazín "Věda a perspektivy" je registrován v České republice. Státní registrační číslo u Ministerstva kultury ČR: E 24142*. No 4(23)2023. str. 113-227.

199. Поліщук Н. М. Здоров'язбереження молоді як актуальна соціально-педагогічна проблема. Фізична культура дітей, підлітків, молоді та дорослого населення в сучасному світі : матеріали III Міжнародної науково-практичної Інтернетконференції, (20 травня 2022 р.) : збірник наукових праць. Умань : ВПЦ»Візаві», 2022. С. 305–307.

200. Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості: сутність, структура. Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми. 2012. Вип. 33. С. 32–36.

201. Поліщук Н. М. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. *Наукові записки. Серія: Педагогічні науки*. Вип. 207. С. 260–266.

202. Поліщук Н. М., Коляда Н. І. Волонтерська здоров'язбережувальна діяльність як соціально-педагогічний феномен. *Просоціальна особистість у гендерному вимірі: теоретико-методологічні та прикладні аспекти : матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю* [редкол.: О. О. Кравченко,Н. М. Коляда, Т. В. Тарасова, А. І. Войтовська ; рец.: Т. Д.Кочубей, М. О. Кулик, А. В. Каркач]. Умань : ЦП «Компринт», 2023. С.170–173.

203. Поліщук Н. М. Міжнародний волонтерський рух: історія становлення і розвитку The 1st International scientific and practical conference "Modern research in world science" (April 17-19, 2022) SPC "Sci-conf.com.ua", Lviv,Ukraine. 2022. 1380 p. P. 721–726.

204. Поліщук Н. М. Феномен здоров'я як основа формування здоров'язбережувальної компетентності особистості. Том XII: Міжнародної науково практичної конференції «Розвиток сучасної освіти і науки: результати, проблеми, перспективи» Якісні дослідження для покращення життя людини / [Ред.: Я. Ґжесяк, І. Зимомря, В. Ільницький]. Конін – Ужгород – Перемишль : Посвіт, 2022. С. 118–122.

205. Поліщук Н.М. Волонтерство як соціально-педагогічний феномен: термінологічний аналіз. *Інноватика у вихованні*. Рівне: РДГУ, 2022. Вип. 15. С. 146–159.

206. Поліщук Н.М. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді як пріоритет державної політики. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2021. № 2 (7). С. 184–191.

207. Поліщук Н.М. Формування здоров'язбережувальної компетентності студенської молоді в процесі волонтерської діяльності. *Інноватика у вихованні*. Рівне: РДГУ, 2022. Вип. 16. С. 272–286.

208. Поліщук Н.М. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді. *Актуальні проблеми підготовки фахівців соціальної сфери* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної

конференції (Умань, 22 квітня 2021 р.) / [ред. кол. : Коляда Н.М. та ін.]. Умань : Візаві, 2021. С. 83–86.

209. Поліщук Н. Волонтерська діяльність як ресурс формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді: *Наука. Освіта. Молодь* : зб. матеріалів XVI Всеукр. наук. конф. студентів та молодих науковців, м. Умань, 11 травня 2023 р.) / МОН України, Уманський держ.пед. ун-т імені Павла Тичини ; за ред. О. І. Безлюдного ; [редкол.: О. Д. Балдинюк,О. В. Браславська, Т. В. Григоренко та ін.]. Умань : Візаві, 2023. С. 280–282.

210. Поліщук Наталія. Здоров'язбереження молоді як актуальна проблема в галузі соціальної роботи. Актуальні проблеми соціальної педагогіки та соціальної роботи : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. м. Умань, 11 жовт. 2022 р. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, Рівненський держ. гуманіт. ун-т [та ін.] ; [ред. кол.: Коляда Н., Кравченко О., Албул І. [та ін.]. – Умань : Візаві, 2022. С. 88–90.

211. Поліщук Наталія. Формування здоров'язбережувального середовища закладу вищої освіти. Збірник матеріалів XIII Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції «Актуальні проблеми підготовки сучасного педагога: теорія, історія, практика» (Умань, 24 листопада 2022 р.). Умань, 2022. С. 108–112.

212. Поліщук Н. М. Волонтерство як ефективний засіб розвитку громадянського суспільства: Наука. Освіта. Молодь : матеріали XV Всеукр. наук. конф. студентів та молодих науковців (Умань, 28 квітня 2021 р.) : у 2-х ч. / за ред. О. І. Безлюдного. Умань : Візаві, 2022. Ч. 2. С. 105–107.

213. Поліщук Н. М. Здоров'язбереження молоді як пріоритет сучасної державної політики. *Актуальні проблеми соціальної педагогіки та соціальної роботи* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. м. Умань, 12 жовт. 2021 р. та ІІ Міжнар. наук.-практ. симпозіуму з інклюзивного

туризму м. Умань, 27 трав. 2021 р. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, Рівненський держ. гуманіт. ун-т [та ін.] ; [ред. кол.: Коляда Н. М., Кравченко О. О., Албул І. В. [та ін.]. Умань : Візаві, 2021. С. 68–72.

214. Поліщук Наталія, Коляда Наталія. Інклюзивне волонтерство як суспільна потреба. *Вісник Науково-дослідної лабораторії інклюзивної педагогіки*. Вип. 9 : Спеціальна та інклюзивна освіта: теорія, методика, практика : матеріали 9-ої Всеукр. наук.-практ. конф. (30-31 березня 2023 р.) / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; [головред. Малишевська І. І.[та ін.]. Умань: Візаві, 2023 р. С. 86–89.

215. Поліщук Н. М. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності. Наука. Освіта. Молодь : матеріали XIV Всеукр. наук. конф. студентів та молодих науковців (Умань, 28 квітня 2021 р.) : у 2-х ч. / за ред. О. І. Безлюдного. Умань : Візаві, 2021. Ч. 2. С. 105–107.

216. Пометун О. І. Теорія і практика послідовної реалізації компетентнісного підходу в досвіді зарубіжних країн. *Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи*: Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О.В. Овчарук. К. : К.І.С., 2004. 112 с.

217. Практикум з волонтерського менеджменту. Українська волонтерська служба. URL: https://volunteer.country/project/vm_2020 (дата запиту: 11.07.2023).

218. Про затвердження Порядку надання волонтерської допомоги за окремими напрямами волонтерської діяльності. Постанова КМУ від 5 серпня 2015 р. № 556. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/556-2015-%D0%BF#n9 (дата запиту: 18.06.2020).

219. Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року. Указ Президента України. 30.09.2019. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/722/2019#Text (дата запиту: 11.05.2022).

220. Проблеми формування здорового способу життя дітей і молоді та шляхи їх вирішення / Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (21-22 квітня 2016 р.) / за заг. ред. І. О. Степанця. Х. : ХГПА, 2016. 250 с.

221. Проєкт Закону України «Про молодь» (2015). URL: http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/JI00396A.html.

222. Проценко О. О. Волонтерство в сучасній Україні: фактори актуалізації. *Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Sciences*, 2019. VII (32), Is.192, Feb. P. 89–94.

223. Пустовіт Г. П. Творче освітнє середовище закладу вищої освіти у формуванні здоров'язбережувальної компетентності майбутніх бакалаврів фізичної терапії. *Нова педагогічна думка*. 2022. Т. 112. Вип. 4. С. 93–98.

224. Разом ми сильні: як волонтери допомагають Україні. URL: https://mind.ua/openmind/20240862-razom-mi-silni-yak-volonteri-dopomagayut-ukrayini (дата запиту: 11.06.2021).

225. Рівненський державний гуманітарний університет. URL: https://www.rshu.edu.ua/ (дата запиту: 03.09.2022).

226. Робоча програма навчальної дисципліни «Соціальна молодіжна політика». Освітньо-наукова програма «Соціальна робота». УДПУ імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/pLalcIx (дата запиту: 18.06.2020).

227. Розвиток особистісного потенціалу учнівської молоді як чинник її соціального зростання : матеріали Всеукраїнського симпозіуму-практикуму (м. Біла Церква, 26 травня 2021 р.) / за ред. Л. В. Канішевської, К. В. Плівачук; укладач В.М.Шахрай. Біла Церква : КНЗ КОР

«КОІПОПК», 2021. 136 с.

228. Роздимаха Є. А. Неформальні об’єднання молоді у процесі самореалізації творчого потенціалу особистості. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2019. № 4(88). С. 318–328.

229. Романкова Л. М. Виховання студентської молоді як соціальна проблема сучасності. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2017. Вип. 16. С. 113–118.

230. Романкова Лідія. Волонтерська діяльність як складова формування моральних цінностей студентської молоді. *Вища освіта України*. 2015. № 4. С. 54–60.

231. Романова Н. Ф. Формування здорового способу життя як сучасна стратегія протидії соціально небезпечним хворобам серед дітей та молоді : монографія. *Протидія соціально небезпечним хворобам : вивчення українського досвіду* / за ред. Т. В. Семигіної. К. : Пульсари, 2010. С. 39–48.

232. Самусь Т. В. Формування здоров’язбережувальної компетентності майбутніх інженерів-педагогів у процесі професійної підготовки : автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Глухів, 2016. 23 с.

233. Селезньова О.О. Здоров’я молоді та формування здорового способу життя. *Народна освіта*. 2014. Вип. 3 (24). URL: https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=2513 (дата запиту: 12.06.2019).

234. Сидоренко К. О. Адміністративно-правове регулювання волонтерської діяльності в Україні: дис. … канд. юрид. Наук; 12.00.07 – адміністративне право і процес; фінансове право; інформаційне право. ДВНЗ «Запорізький національний університет». Запоріжжя, 2013. 180 с.

235. Сірко В.С. Аналіз правового забезпечення волонтерської діяльності в зарубіжних країнах. *Sciences of Europe*. 2018. Т.3. № 29. С. 24–29.

236. Словник іншомовних слів / уклад. : С. М. Морозов, Л. М. Шкарапута. Київ : Наук. думка, 2002. 680 с.

237. Словник-довідник для соціальних педагогів та соціальних працівників / За заг. ред. А. Й. Капської, І. М. Пінчук, С. В. Толстоухової. К., 2000. 536 с.

238. Словник-довідник із соціальної роботи: навчальний посібник / Упор. М. М. Букач, Н. В. Клименюк, В. В. Горлачук за ред. М. М. Букача. Миколаїв : ФОП Швець В.Д., 2015. 384 с.

239. Слуцький Я. Соціалізація студентів коледжу за допомогою участі у волонтерській діяльності. *Молодь і ринок*. № 4 (159). 2018. С. 41–44.

240. Согоконь Олена. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів сучасного закладу освіти. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. № 27 (2019). С. 115–120.

241. Соколенко Л. С. Сучасні тенденції формування культури здорового способу життя в процесі підготовки майбутніх фахівців. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. 2014. Вип. 10 (2). С. 193–199.

242. Соколенко Л. С. Формування культури здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів: автор. дис. … канд. пед. наук; 13.00.07 – теорія і методика виховання. Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Умань, 2011. 23 с.

243. Солован М. Б., Стратійчук Н. А., Паньків Н. І., Пилип Г. М., Іванушко Я. Г. Формування культури здоров'я на заняттях з БЖД та основ медичних знань серед студентів Чернівецького національного університету. *Зб. наук. праць Бердянського держ. пед. ін-т імені П. Д. Осипенка*. Бердянськ, 2002. Ч. 2. С. 88–94.

244. Соціальна політика: навчальний посібник / Уклад. І. О. Карпич, Н. М. Коляда. Умань : ПП Жовтий, 2021. 156 с.

245. Соціальна робота в Україні: навч. посібник / І. Д. Звєрєва, О. В. Безпалько, С. Я. Харченко та ін.; За заг. ред. І. Д. Звєрєвої, Г. М. Лактіонової. К. : Науковий світ, 2003. 233 с.

246. Соціальна робота у сфері дозвілля: навчальний посібник /Уклад. О. Д. Балдинюк. Умань: ВПЦ «Візаві», 2017. 142 с.

247. Соціальний проєкт «Із Києвом і для Києва». URL: https://kubg.edu.ua/struktura/pidrozdili/2012-11-23-07-23-58/2011-07-12-12-57-40/volonterska-ta-blahodiina-diialnist/2057-sotsialnyi-proekt-z-kyievom-i-dlia-kyieva-rozshyriuie-obrii.html (дата запиту: 11.06.2019).

248. Соціально-психологічна реабілітація дітей та молоді з особливими освітніми потребами засобами інклюзивного туризму: кол. моногр. / О. О. Кравченко та ін. Умань: Візаві, 2022. 413 с.

249. Співак М. В. Державна політика здоров'язбереження: світовий досвід і Україна: монографія. К. : «Логос», 2016. 536 с.

250. Співак М.В. Державна політика здоров'язбереження: світовий досвід і Україна: дисертація на здобуття наукового ступеня доктора політичних наук за спеціальністю 23.00.02 – політичні інститути та процеси. – Інститут держави і права ім. В.М. Корецького НАН України, Київ, 2017. 228 с.

251. Становище молоді в Україні: аналітичний звіт, складений Робочою групою ООН у справах молоді. К. : State of Youth in Ukraine, 2019. 79 с.

252. Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я. Всесвітня організація охорони здоров'я. Основні документи. URL: https://cutt.ly/y1ZYMRq (дата запиту: 18.06.2020).

253. Стратегічна інформація в сфері громадського здоров'я. Prometeus. URL: https://prometheus.org.ua/course/course-v1:APH+SIPH101+2018_T3 (дата запиту: 02.12.2022).

254. Студентська соціально-психологічна служба Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. URL: https://cutt.ly/WLalP8C (дата запиту: 02.12.2022).

255. Студентський волонтерський клуб «Допомога» Херсонського

державного університету. URL: https://www.kspu.edu/PublisherReader.aspx?newsId=15101 (дата запиту: 11.06.2021).

256. Студентський конкурс проєктів з інклюзивного туризму «Подорожуємо без бар'єрів»/. URL: https://fspo.udpu.edu.ua/%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D1%83%D1%94%D0%BC%D0%BE-%D0%B1%D0%B5%D0%B7-%D0%B1%D0%B0%D1%80%D1%94%D1%80%D1%96%D0%B2/ (дата запиту: 02.05.2023).

257. Сущенко Л. П. Соціальні технології культивування здорового способу життя людини. Запоріжжя : ЗДУ, 1999. 308 с.

258. Танасійчук Ю. М. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до формування в учнів ціннісного ставлення до власного здоров'я: дис. доктора філософії; 011 – освітні, педагогічні науки. УДПУ імені Павла Тичини. Умань, 2021. 416 с.

259. Теорія і методи соціальної роботи: підручник для студентів вищих навчальних закладів / За ред. Т. В. Семигіної, І. І. Миговича. К. : Академвввидав, 2005. 309 с.

260. Тернопільська В. І., Дерев'янко О. В. Визначення критеріїв сформованості професійної компетентності майбутніх гірничих інженерів. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки.* 2010. Вин. 31. С. 264–267.

261. Ткачук О. Г. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх лікарів в освітньому процесі з фізичного виховання: дис.. … канд. пед. наук; 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти 2019. 274 с.

262. Ткачук Т. С. Виховання гуманістичних цінностей у студентів педагогічних коледжів у процесі волонтерської діяльності: дис. канд. пед.

наук.; 13.00.07 – Теорія і методика виховання. ДЗ «Луганський національний педагогічний університет імені Тараса Шевченка». Луганськ, 2013. 200 с.

263. Тлумачний словник-мінімум із соціальної педагогіки та соціальної роботи / упор. Л. В. Лохвицька. 2-ге вид., оновл. Тернопіль : Мандрівець, 2017. 232 с.

264. Товариство Червоного Хреста України. URL: https://redcross.org.ua/ (дата запиту: 19.07.2020).

265. Тренінг як альтернатива лекції : метод. рекомендації для шкільних медичних працівників / [Н. Ф. Карась; за ред. В. М. Оржеховської]. Черкаси, 2003. 32 с.

266. Україна до та після війни. Волосевич. 2016 рік. URL: https://voxukraine. org/2016/08/31/pre-and-post-war-ukraine-en/#_ftn12 (дата запиту: 11.09.2019).

267. Українська волонтерська служба. URL: https://volunteer.country/ (дата запиту: 11.04.2022).

268. Факультет соціальної та психологічної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. URL: https://fspo.udpu.edu.ua/ (дата запиту: 02.02.2022).

269. Факультет фізичного виховання Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. URL: https://ffv.udpu.edu.ua/ (дата запиту: 02.02.2022).

270. Федорець В. М. Розвиток здоров'язбережувальної компетентності вчителя фізичної культури на основі використання методологічного концепту «терапія здоров'я». *Вісник післядипломної освіти*. 2018. Випуск 7(36). С. 114–173.

271. Федорченко Т. Є. Соціально-педагогічні засади профілактики девіантної поведінки школярів в умовах соціокультурного середовища [Текст] : монографія. Черкаси : Чабаненко, 2009. 357 с.

272. Формування здоров'язбережувальних компетентностей сучасної молоді: реалії та перспективи : збірник наук. праць Всеукр. наук.-практ. конф., присвяченої Всесвітньому Дню цивільної оборони та Всесвітньому Дню охорони праці (Полтава, 27–28 квітня 2017 р.). Полтава : ПНПУ, 2017. 408 с.

273. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів біології засобами інноваційних технологій в умовах освітнього середовища вищого навчального закладу : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04; Уман. держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. Умань, 2017. 20 с.

274. Формування здоров'язбережувальнюї компетентності студентів технічних спеціальностей в умовах неформальної освіти засобами фізичного виховання. Дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : спец. 13.00.04 Теорія і методика професійної освіти. Чернігів, 2020. 298 с.

275. Формування здорового способу життя. Навчально-методичні рекомендації / Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пєша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. О. Вакуленко). К. : ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2018. 100 с.

276. Формування, збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління як обов'язковий компонент системи національної освіти : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. з валеології, 22-24 жовтня 1996 р., м. Дніпропетровськ / Ін-т змісту і методів навчання ; ред. С. В. Кириленко. К. : [б.в.], 1997. 295 с.

277. Форум «Здорова Україна». URL: https://dismp.gov.ua/forum-

zdorova-ukraina/ (дата запиту: 19.01.2022).

278. Хриков Є. М. Педагогічні умови в структурі наукового знання. *Шлях освіти*. 2011. № 2. С. 11–15.

279. Чичук А.П. Волонтерська діяльність як соціально-педагогічний феномен соціального становлення особистості. *Збірник наукових праць НУБІП України.* 2023.

280. Чупіна К. О. Соціально-психологічна реабілітація здобувачів з обмеженням життєдіяльності засобами інклюзивного туризму: монографія. Київ: Компринт, 2022. 183 с.

281. Шеремета О. П. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів державної кримінально-виконавчої служби України у процесі професійної підготовки: дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Хмельницький. 2020. 276 с.

282. Шкільні агенти волонтерства. Українська волонтерська служба. URL: https://volunteer.country/projects/shkilni-agenty-volonterstva (дата запиту: 11.04.2023).

283. Школа волонтерства. Українська волонтерська служба. URL: https://volunteer.country/volunteerschool (дата запиту: 11.04.2023).

284. Щорічна доповідь Президенту України, Верховній Раді України про становище молоді в Україні *«Молодь за здоровий спосіб життя»*. URL: https://dismp.gov.ua/dopovid-m2010/ (дата запиту: 08.09.2019).

285. Язловецький В. Здоров'язбереження особистості як педагогічна проблема. *Валеологічна освіта в навчальних закладах України : стан, напрямки й перспективи розвитку*. Кіровоград : Ексклюзив-Систем, 2001. 344 с.

286. Язловецький В. С. Наукові дослідження в теорії і практиці фізичного виховання: [навчально-методичний посібник] /

В. С. Язловецький, В. В. Шерета, А. Л. Турчак. Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2004. 163 с.

287. Язловецький В. С. Основи діагностики функціонального стану та здоров'я : навч. посіб. Кіровоград : РВЦ КДПУ, 2002. 160 с.

288. Як в Умані вже п'ять років працює волонтерський штаб «Разом». URL: https://umannews.city/articles/44313/yak-v-umani-vzhe-pyat-rokiv-pracyue-volonterskij-shtab-razom (дата запиту: 02.08.2022).

289. Яременко В., Сліпушко О. Новий тлумачний словник української мови : у 3 т. Київ : Аконіт, 2007. Т. 1. 926 с.; Т. 3. 862 с.

290. Яременко О., Балакірєва О., Вакуленко О. та ін. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / К. : Український ін-т соціальних досліджень, 2000. 207 с.

291. Anderson E., Durstine J. Physical activity, exercise, and chronic diseases: a brief review. Sports Med Health Sci. 2019. №1(1). P. 3–10.

292. Bezliudnyi O., Kravchenko O., Mishchenko M. Psycho-correction of burnout syndrome in sports educators. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES), Vol.19 (3), Art 230 pp. 1585–1590, 2019. URL: http://efsupit.ro/images/stories/septembrie2019/Art%20230.pdf (access date: 18.02.2021).

293. Best of Virtual Volunteering. *Forgood* : website. URL: https://www.forgood.co.za/campaigns/best-of-virtual-volunteering (access date: 17.02.2022).

294. Dictionniare de la langue francaise. Lexis. P. : Larousse, 1993. 2027 p.

295. Koliada N., Kravchenko O., Levchenko N. Youth Workers and Innovative Development of Social Work. Advances in Intelligent Systems and Computing (2020) 1209 AISC. URL: https://link.springer.com/bookseries/11156 (access date: 09.02.2021).

296. Kravchenko O., Koliada N., Isachenko V., Honchar I. Social Activity of Student Youth: Experience of Pavlo Tychyna Uman State

Pedagogical University (Громадська активність студентської молоді: досвід Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини). *Advances in Intelligent Systems and Computing*. 2021. Vol. 1322. P. 241–246.

297. Levchenko N., Isachenko V., Morhai L., Koliada N., Polishchuk N. Youth Work in a Higher Education Institution: Formation and Prospects of Development. *Lecture Notes in Networks and Systemsthis link is disabled*, 2022, 319. C. 1242–1249 (access date: 11.09.2022).

298. Pfeiffer, J. W., Jones, J. E. A handbook of structured experiences for human relations training. Vols. I-X. San Diego, CA : Pfeiffer & Company, 1969−1985.

299. The Last Virtual Volunteering Guidebook: Fully Integrating Online Service Into Volunteer Involvement. *Coyotebroad.com* : website. URL: http://www.coyotecommunications.com/vvbook_contents.shtml (access date: 10.03.2022).

300. The Universal Declaration on Volunteering. International Association for Volunteer Effort. January 2001. URL: https://www.iave.org/advocacy/the-universal-declaration-on-volunteering/ access date: 12.02.2022).

301. Volunteering in Ukraine: list of opportunities. URL: https://visitukraine.today/blog/168/volunteering-in-ukraine-list-of-opportunities (access date: 10.08.2023).

300. Volunteering. *European Youth Portal*. URL: https://youth.europa.eu/go-abroad/volunteering_en (access date: 12.08.2023).

301. Volunteer. Історія волонтерського руху. URL: http://www. volunteer.kiev.ua/pages/History_volunteer (access date: 11.07.2021).

302. Volunteer World. URL: https://www.volunteerworld.com/en (access date: 01.08.2023).

303. Volunteers for Ukraine. URL: https://volunteerforukraine.org/ (access date: 10.07.2023).

ДОДАТКИ

Додаток А

Додаток А.1

Анкета для студентів на визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності *(ціннісно-мотиваційний критерій)*[1]

Шановні здобувачі освіти, дана анкета розроблена для визначення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Анкета є анонімною, просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата заповнення анкети _____

Уважно прочитавши запитання, оберіть із запропонованих відповідей ту, яка є для Вас найбільш прийнятною, обвівши відповідний номер або напишіть власний варіант там, де це враховано.

1. **Назвіть основні, на Вашу думку, складові успішної професійної підготовки:**
   1. Повага та підтримка між студентами та викладачами
   2. Терпимість з боку викладачів
   3. Напружена праця
   4. Матеріальна забезпеченість
   5. Особисті якості
   6. Міцне здоров'я
   7. Стійкість до стресів
   8. Інше: _____

[1] Анкета розроблена на основі наукових праць О. Антонової, В. Бобрицької, М. Лехолетової, Н. Поліщук, Т. Осадченко та інших науковців

2. Чи відносите Ви здоров'я до однієї з головних ціннісних орієнтацій Вашогожиття?

1. Так
2. Ні
3. Частково

3. **Чи вважаєте Ви за необхідне планувати:**

1. Свою професійну кар'єру: (це необхідно; очевидно, це потрібно; зовсімне потрібно; не задумувались)
2. Свій спосіб життя з орієнтацією на збереження і зміцнення здоров'я: (це необхідно; очевидно, це потрібно; зовсім не потрібно; не задумувались)

4. Чи є у Вас бажання реалізовувати здоров'язбережувальну компетентність увласній життєдіяльності?

1. Так
2. Ні
3. Частково

5. Чи є у Вас бажання застосовувати основні елементи здоров'язбережувальноїкомпетентності в майбутній професійній діяльності?

1. Так
2. Ні
3. Частково

6. Чи вважаєте Ви себе готовим(ою) до здійснення здоров'язбережувальноїдіяльності?

1. Так, вважаю, що маю достатньо знань та досвіду
2. Ні, не впевнений(а), що маю для цього потрібні знання та досвід
3. Важко сказати

7. Що або хто може вплинути на усвідомлення Вами необхідності зміцнення та збереження власного здоров'я?

1. Сім'я
2. Друзі
3. Студентський колектив
4. Викладачі
5. Позааудиторна робота з питань зміцнення і збереження здоров'я
6. Лікарі, психолог

7. Інше _____

8. Чи відвідували б Ви заради нових професійних знань щодо здоров'язбережувальної діяльності спеціальні заняття, навіть, якщо це пов'язано з незручностями?

1. Так
2. Ні
3. Частково
4. Не можу відповісти

9. Чи розглядаєте Ви волонтерську діяльність як ефективний засіб формування здоров'язбережувальної компетентності?

1. Так
2. Ні
3. Частково
4. Не можу відповісти

10. Чи відвідували б Ви заради нових професійних знань щодо здоров'язбережувальної діяльності позааудиторні та волонтерські заходи?

1. Так
2. Ні
3. Частково
4. Не можу відповісти

Дякуємо за співпрацю!

Додаток А.2

Оцінка мотивації ставлення студентів до формування здоров'язбережувальної компетентності[2]

Шановні здобувачі освіти, методика розроблена з метою оцінки мотивації ставлення студентів до формування здоров'язбережувальної компетентності.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата заповнення анкети _____

Всі пункти шкали оцінюються в балах від 1 до 5 та виражають позитивне або негативне ставлення до формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді. Загальна оцінка складається з балів за рядками. Варіанти відповідей на судження можуть бути «так», «скоріше так, ніж ні», «не можу відповісти», «скоріше ні, ніж так», «ні».

1. Чи бажали б Ви створити щось нове у сфері своєї майбутньої професійноїдіяльності?
2. Чи відвідували б Ви заради нових знань і вмінь щодо здоров'язбереження нові заходи?
3. Чи лякають Вас несподіванки які можуть виникнути у професійній діяльності та які потребуватимуть нових виходів із ситуацій?
4. Чи вважаєте Ви, що навчальні заняття у Вашому закладі вищої освіти сприяють здоров'язбереженню студентів?
5. Чи відвідували б Ви заради нових знань щодо здоров'язбереження спеціальні заняття?
6. Чи вважаєте Ви студентів активними учасниками освітнього процесу?
7. Чи вважаєте Ви, що тільки оволодіння знаннями з проблеми здоров'язбережувальної компетентності, отриманими Вами під час навчання у закладі вищої освіти,дадуть можливість в майбутньому здійснювати здоров'язбережувальнудіяльність в професії?
8. Чи вважаєте Ви, що Ваша майбутня професійна діяльність із

[2]За методикою оцінки мотивації ставлення до професійної діяльності

А. О. Кареліна у модифікації Т. М. Осадченко, М. Лехолетової

застосуванням практичних навичок із здоров'язбереження, отриманих у процесі навчання, наддасть можливість Вам зберегти та зміцнити стан власного здоров'я та здоров'я Ваших майбутніх клієнтів?

9. Чи вважаєте Ви, що організація у закладі вищої освіти заходів з формування здоров'язбережувальної компетентності студентів має першорядне значення, і Ви залюбки будете приймати участь у подібних заходах?
10. Чи згодні Ви з тим, що у студентів не можна сформувати здоров'язбережувальні навички та вміння?
11. На Вашу думку, чи обов'язково завдання формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у студентів повинне супроводжувати професійну діяльність різних спеціалістів, що мають відношення до здоров'язбереження?
12. Чи викликають у Вас складнощі з активною участю на семінарах, диспутах, круглих столах, студентських конференціях направлених напідвищення рівня здоров'язбережувальної компетентності?
13. Чи враховували Ви, обираючи професію, стан власного здоров'я та необхідність наявності здоров'язбережувальної компетентності для успішної професійної діяльності?
14. Чи втрачає викладач, який займається науково-дослідницькою роботою, пов'язаною із здоров'язбереженням, можливість спілкування із студентами?
15. Чи цікавлять Вас нові ідеї, можливості, методики, спрямовані на формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь?

Дякуємо за співпрацю!

Загальна сумарна оцінка результатів складається за ключем:

№ запитання / відповідь	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	15
Так	5	5	1	5	5	5	1	5	5	1	5	1	5	1	5
Скоріше так, ніж ні	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4
Не можу відповісти	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Скоріше ні, ніж так	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2
Ні	1	1	5	1	1	1	5	1	1	5	1	5	1	5	1

Ступінь мотивації	**Низький**	**Середній**	**Високий**
Сума балів	15 – 33	34 – 54	55 – 75

Додаток Б

Додаток Б.1

Анкета для студентів на визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності (*когнітивно-пізнавальний критерій*)[3]

Шановні здобувачі освіти, дана анкета розроблена для визначення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Анкета є анонімною, просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата заповнення анкети _____

Уважно прочитавши запитання, оберіть із запропонованих відповідей ту, яка є для Вас найбільш прийнятною, обвівши відповідний номер або напишіть власний варіант там, де це враховано.

1. Знайдіть відповідність між термінами та їх поняттями:

1. Компетентність	це власна цінність людини, що дозволяє повноцінно проявляти себе за допомогою стійкого біологічного, соціального, психологічного станів у будь-якому виді діяльності
2. Здоров'я	це складова професійної компетентності, яка проявляється в можливості зберігати та реалізовувати знання, уміння, навички, спрямовані на здоров'язбережувальну діяльність
3.Здоров'язбереження	це сукупність психолого-педагогічних методів і прийомів роботи, підходів до реалізації проблем, пов'язаних з оздоровленням і спрямована на створення умов для збереження і зміцнення здоров'я
4. Здоров'язбережувальна компетентність	це достатні знання в якій-небудь галузі

[3] Анкета розроблена на основі наукових праць О. Антонової, В. Бобрицької, М. Лехолетової, Н. Поліщук, Т. Осадченко та інших науковців

5. Здоров'язбережувальні технології	це спосіб життєдіяльності людини, який вона усвідомленообирає й відповідально відтворює в повсякденному житті з метою збереження та зміцнення здоров'я

2. Які Ви можете назвати складові здоров'я?

_____

3.Чи достатньо у Вас знань щодо здоров'язбереження для реалізації їх увласній життєдіяльності?

1. Так
2. Ні
3. Важко сказати

4. Від яких факторів залежить рівень здоров'я людини (оберіть декількананайбільш значущих варіантів)?

1. Антропогенне забруднення природного середовища (повітря, ґрунт, вода,продукти промислового виробництва)
2. Погіршення генетичного фонду популяції
3. Нездоровий, ненормальний спосіб життя (шкідливі звички, незбалансоване, неправильне харчування, несприятливі умови праці, моральне і психічне навантаження, малорухомий спосіб життя, погані матеріальні умови, конфлікти, самотність, низький освітній та культурний рівень тощо)
4. Неефективність медичних профілактичних заходів, низька якістьмедичної допомоги
5. Руйнівні чинники у майбутній професійній діяльності (високе емоційне напруження, негативний психологічний стан в колективі, переважання диктаторства над співпрацею тощо)

5. Чи звертались Ви коли-небудь за додатковою інформацією, для поповнення знань, щодо здоров'язбереження?

1. Ні ніколи
2. Ні, додаткову інформацію шукаю самостійно
3. Інколи, звертаюсь до ресурсного центру
4. Відвідую консультації з соціальним педагогом, психологом
5. Поповнюю знання під час прослуховування основних курсів (*вкажіть,яких саме*) _____
6. _____

7. Інше:_____

6. Чи вважаєте Ви себе достатньо обізнаним(ою) стосовно причин і наслідківшкідливих звичок?

1. Так
2. Ні
3. Частково

7. Які, на Вашу думку, заходи будуть найбільш ефективними дляпрофілактики шкідливих звичок серед студентів у закладах вищої освіти?

1. Проведення лекцій, семінарів, круглих столів з метою поширення інформації про причини, форми і наслідки шкідливих звичок(паління, вживання алкоголю, наркотиків)
2. Формування у студентів навичок аналізу і критичної оцінки інформації про шкідливі звички й уміння приймати правильні рішення шляхом бесід, диспутів, відео-лекторіїв, практичних занять тощо
3. Надання альтернатив шкідливим звичкам через корекцію соціально-психологічних особливостей особистості, залучення студентів до соціально-гуманітарної, волонтерської, спортивно-масовоїдіяльності тощо

8. Перерахуйте основні правила здоров'язбереження, які Вам відомі?

---

9. Чи відомі Вам основні напрями майбутньої професійної діяльності, які спрямовані на створення здоров'язберігального середовища?

1. Так
2. Ні
3. Важко сказати

Якщо так, то вкажіть які саме:

Дякуємо за співпрацю!

Додаток Б.2

Тест «Про основи здоров'язбереження»[4]

Шановні студенти, тест складений з метою визначення рівня знань студентів про основи здоров'язбереження.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження.

Одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата проходження тесту _____

Уважно прочитайте запитання та оберіть із запропонованих варіантіввідповідей ту, яка на Вашу думку є правильною.

1. Здоров'я людини – це:

а) мінливість внутрішнього стану;

б) стан повного фізичного, психічного й соціального добробуту;в) дисгармонія душі й тіла;

г) наявність скарг та фізичних вад; д) коли у людини немає скарг.

2. **До факторів, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я відносяться:**а) збереження гармонії довкілля;

б) активний руховий режим;

в) помірна рухова активність і нетривалий сон;

г) періодичне емоційне та психічне перенапруження для загартовування.

3. Навички бути здоровим – це:

а) отримання знань про здоров'я через освіту та наявність вольових зусильдо його збереження;

б) пасивний відпочинок (проведення вільного часу вдома);

в) обмежене перебування на свіжому повітрі;

г) правильне харчування і не перенавантаження організму.

4. Здоров'язбереження – це:

а) комплекс заходів, спрямований на збереження та зміцнення здоров'я; б) життя, спрямоване на задоволення

---

[4] Модифікований варіант (В. Язловецький, Н. Крилова, Т. Осадченко, М. Лехолетова)

матеріальних потреб;
в) підтримання життєдіяльності за допомогою ліків;
г) обмежений руховий режим, харчування і емоційний спокій.

5. **Рухова активність необхідна людині для**:
а) забезпечення біологічної потреби
організму;б) розвитку гіподинамії;
в) покращення кольору шкіри;
г) гарного вигляду та догляду за тілом.

6. **Яка кількість годин рухового режиму на добу необхідна для людини?**
а) 1 – 2 год.;
б) 2,5 – 3 год.;
в) 5 – 6 год.

7. Загартування організму – це:
а) підвищення опору й удосконалення системи терморегуляції
організму;б) послаблення імунної системи;
в) спосіб попередження вірусних захворювань.

8. **Яка форма загартовування організму найбезпечніша на початковому етапі?**
а) повітряні ванни та контрастний душ;
б) обтирання та
обмивання стоп, шиї; в)
полоскання горла.

9. **Яка тривалість сну, як фізіологічної потреби, необхідна для молоді?**а) 7 – 8 год.;
б) 8 – 9 год.;
в) 9 – 10 год.

10. **Показниками психічного здоров'я є:**
а) невротичний стан і
тривожність;
б) висока збудженість та агресивність;
в) відсутність розладів нервової системи й адекватна поведінка.

11. До складових режиму дня належить:
а) раціональне організація роботи й відпочинку згідно з біоритмамиорганізму;
б) аутогенне тренування та
медитація; в) рівень, якість
та стиль життя.

12. Дотримання правил раціонального харчування – це:
а) вживання їжі, що містить велику кількість жирів та вуглеводів;
б) вживання їжі, яка містить увесь набір вітамінів та мікроелементів;
в) вживання їжі, з дотриманням її кількісного та якісного наповненнявідповідно з фізіологічними потребами організму.

13. **Чому рекомендується включати в раціон харчування проросле зерно?**
а) профілактика авітамінозу;
б) забезпечує посилений ріст організму; в) для боротьби з безсонням.

14. Продукти харчування, багаті клітковиною необхідні для:
а) сприяє виведенню холестерину і зниженню цукру в крові; б) бере участь у будівництві нових клітин;
в) сприяє регенерації клітин.

15. Яка функція антиоксидантів?
а) нейтралізують потенційно небезпечні вільні радикали; б) підвищують апетит;
в) покращують колір шкіри.

16. **Які вітаміни відносяться до антиоксидантів?**
а) С, Е, А;
б) Д, К, Н;
в) В1, В6, В12.

17. **При яких способах кулінарної обробки овочів, ягід, фруктів у них найкращезберігаються вітаміни?**
а) маринування;
б) заморожування;
в) соління;
г) варіння.

18. Систематичні заняття фізичними вправами сприяють:
а) збільшенню сили м'язів та розширенню функціональних можливостейсерцево-судинної і дихальної систем;
б) виникненню травм і патологічних станів;
в) виникненню розладів нервової системи та координації рухів.

19. Особиста гігієна передбачає:
а) комплекс заходів, норм, вимог догляду за організмом; б) особливості психічної діяльності людини;
в) закони росту і розвитку людини;
г) вплив природного середовища на здоров'я людини.

20. До профілактики виникнення стресу відноситься:
а) використання прийомів психічної саморегуляції;
б) підвищені вимоги до себе та до оточуючих;
в) інформаційне перевантаження і відсутність розв'язку поставленихзавдань.

21. Система природного загартовування «Дитинка» (за Порфирієм Івановим)містить таку кількість порад:

а) 6;

б) 8;

в) 12.

22.Чи існує поняття «безпечна доза алкоголю» в період вагітності?

а) безпечної дози алкоголю в цей період не існує взагалі;

б) мала доза алкоголю допомагає розслабитися і зняти напругу;

в) якісне вино безпечне і корисне в цей період.

23.**Чи існують наркотичні речовини, що не викликають залежності?**

а) так;

б) ні;

в) важко сказати.

24.Основними правилами культури спілкування є:

а) уміння уважно слухати співрозмовника;

б) не переривати розмову іншого;

в) виявляти зацікавленість під час розмови;

г) вносити критичні зауваження під час розмови.

25. «Самореалізація» в життєдіяльності людини – це:

а) досягнення всебічного гармонійного розвитку і найвищої мети в житті;

б) некерований стихійний процес до отримання нових знань і здібностей.

Дякуємо за співпрацю!

Обробка та інтерпретація результатів

Ключ:

№ запитання	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**
Правильні відповіді	б	б	а	а	а	б	а	а	б	в	а	в	а
№ запитання	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	
Правильні відповіді	а	а	а	г	а	а	а	в	а	б	а	а	

Рівень знань	**Низький**	**Середній**	**Високий**
Сума правильних відповідей	до 39% (1-9 правильних відповідей)	40-69% (10-17 правильних відповідей)	70-100% (18-25 правильних відповідей)

Додаток В

Додаток В.1

Анкета для студентів на визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності (*діяльнісно-практичний критерій*)[5]

Шановні здобувачі освіти, дана анкета розроблена для визначення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Анкета є анонімною, просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата заповнення анкети _____

Уважно прочитавши запитання, оберіть із запропонованих відповідей ту, яка є для Вас найбільш прийнятною, обвівши відповідний номер або напишіть власний варіант там, де це враховано.

1. **Ваш режим сну:**

1. Лягаю спати не пізніше 23 години, у дні канікул пізніше:
□ так; □ не завжди; □ іноді; □ набагато пізніше

2. Звичайна тривалість сну_____год.
3. Чи вважаєте час на сон достатнім? □ так; □ ні

[5] Анкета розроблена на основі наукових праць О. Антонової, В. Бобрицької, М. Лехолетової, Н. Поліщук, Т. Осадченко та інших науковців

На що, на Вашу думку, він впливає?

_____

_____

2. Ваша рухова активність:

1. Виконання ранкової гімнастики □ так; □ ні;

Якщо «так» то: скільки часу витрачаєте на гімнастику? ____год.____хв

Якщо «ні» то вкажіть причину:

□ вважаю це зайвим;
□ не можу себе організувати;
□ через побутові умови;
□ не вистачає часу;
□ інше_____.

2. Скільки годин вільного часу маєте щодня?

___год.___ хв.

Ваші улюблені заняття у вільний час?

□ дефіцит вільного часу через велике навантаження у закладах вищої освіти;
□ дефіцит вільного часу через поєднання навчання та роботи;
□ віддаю перевагу пасивному відпочинку. А саме?

_____

□ віддаю перевагу активному відпочинку. А саме?

_____

□ займаюся спортом: _____

_____

□ інше: _____

3. Дотримання Вами правил гігієни:

1. Дотримують правил гігієни фізіологічних систем (зору, слуху тощо) так □ ні
2. Виконую вправи для зору під час навчання □ так □ ні

3. Дотримуюсь гігієни рук обов'язково перед їжею і після туалету
   так; □ не завжди; □ ні; □ мене це не турбує
4. Чищу зуби і язик двічі на день:
   так; □ не завжди; □ ні; □ мене це не турбує
5. Щоденно приймаю ванну чи душ:
   так; □ не завжди; □ ні; □ мене це не турбує
6. Щоденно проводжу вологе прибирання свого житлового приміщення:
   так; □ не завжди; □ ні; □ мене це не турбує

4. **Ваша харчова поведінка:**

1. Режим харчування:

□ харчуюсь регулярно (3-4 рази на день), в раціоні присутня гаряча їжа
□ прагну харчуватись регулярно, але не завжди виходить
□ харчуюсь не регулярно, часто один раз на день

2. Чи снідаєте Ви? □ так; □ ні;

Якщо «ні» то вкажіть причину:

□ дефіцит часу
□ зранку немає апетиту
□ приготувати нікому, а власноруч немає бажання
□ дорогою до навчання п'ю каву
□ інше: _____

3. Основні продукти харчування, які входять до Вашого раціону найчастіше: (*позначити та підкреслити відповідний варіант*)

□ овочі (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази на тиждень / щодня)
□ фрукти (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази на тиждень / щодня)
□ каші й гарніри з круп (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази на тиждень /щодня)
□ перші страви (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази на тиждень / щодня)
□ солодощі (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази на тиждень / щодня)
□ їжа швидкого приготування (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази натиждень / щодня)
□ газовані напої (ніколи, 1 раз на тиждень / інколи, 2-4 рази на тиждень /щодня)
□ інше: _____

_____

5. Позначте ступінь наявності у Вас шкідливих звичок:

1. Чи палите Ви?
   □ так
   □ ніЯкщо «так»,

тоді вкажіть як часто:
□ систематично, на протязі дня
□ інколи, 2, 3 рази на тиждень
□ рідко, 2, 3 рази на місяць

2. Чи вживаєте Ви алкоголь?
   □ так
   □ ніЯкщо «так», тоді вкажіть

як часто:
□ кожен день
□ щотижня
□ 2, 3 рази на тиждень
□ 2, 3 рази на місяць.

В якому віці вперше спробували алкоголь? _____ роківЯким алкогольним напо

---

6. Чи можуть, на Вашу думку, викладачі, що мають шкідливі звички викладатинавчальні дисципліни здоров'язбережувального спрямування, або пропагувати здоровий спосіб життя?

1. Так
2. Ні
3. Не знаю

7. Що Вам заважає дотримуватись основних складових здоров'язбереження:

1. Брак часу
2. Власна неорганізованість
3. Завантаженість побутовими справами
4. Навчання у змішаному (дистанційному) форматі
5. Низький матеріальний стан
6. Надія на те, що «якось буде»
7. Вважаю, що це не обов'язково, адже все залежить від генів
8. Відчуваю брак знань про методи і технології здоров'язбереження
9. Свій варіант _____

8. Як Ви гадаєте, чи потребують майбутні фахівці

допомоги зпитань збереження здоров'я та здорового способу життя?

□ так □ ні

Якщо так, то вкажіть, хто саме має надавати таку допомогу:

1. Адміністрація закладу вищої освіти
2. Вузівські громадські організації
3. Студентські об'єднання (студентський профком, студентська рада та ін.)
4. Викладачі
5. Шляхом самоосвіти студентів
6. Інше: _____

9. Сформулюйте питання стосовно найбільш доцільних форм роботи щодоформування здоров'язбереження зі студентами у закладах вищої освіти:

1. Індивідуальні консультації
2. Екскурсії
3. Лекції
4. Практичні заняття
5. Гуртки
6. Відвідування виставок, музеїв, спектаклів
7. Дисципліни за вибором
8. Спецкурси (*вкажіть, які саме*) _____
9. Позааудиторна робота
10. Інше _____

10. Які, на Вашу думку, технології є ефективними для забезпеченняздоров'язбережувальної діяльності у закладах вищої освіти?

1. Інноваційні
2. Здоров'язбереженні
3. Інформаційні
4. Тренінгові
5. Інтерактивні
6. Ваш варіант _____

11. Які, на Вашу думку, засоби найефективніші при реалізаціїздоров'язбережувальної діяльності?

1. Природні (загартовування, сонячні та повітряні ванни, обливання
2. Нетрадиційні (фітотерапія, ароматерапія, голкотерапія, йога,казкотерапія тощо)
3. Фізичні (дихальна та пальчикова гімнастика, гідроаеробіка, біг,плавання, вправи на тренажерах

тощо)

4. Моніторинг здоров'я учнів (фізичного, психічного, духовного тасоціального здоров'я)

12. Чи брали Ви участь у волонтерських заходах з формування здоров'язбережувальної компетентності (профілактики шкідливих звичок серед студентів у закладах вищої освіти, та ін.)?

1. Так
2. Ні
3. Частково

13. Як Ви долаєте нервове напруження, негативний вплив стресів?

1. Допомагають фізичні навантаження, «переключення» на інші види роботи тощо
2. Вживаю заспокійливі фармацевтичні засоби (екстракт кореня валеріани,відвар м'яти, седативні пігулки)
3. Вживаю алкоголь, палю
4. Засобами заняття нервового напруження не володію, але хотів(ла) би їхзасвоїти
5. Не буває нервових напружень та стресів
6. Інше _____

14. Як Ви вважаєте, чи відноситься обрана Вами професія до стресових?

□ так □ ні

Якщо так, то назвіть фактори, на Вашу думку, які призводять до стресів упрофесії: _____

15. Як Ви оцінюєте Ваші стосунки із студентами групи?

1. Довірливі
2. Дружні
3. Проблемні

16.Як Ви оцінюєте Ваші стосунки з викладачами?

1. Довірливі
2. Дружні
3. Проблемні

17. Чи можете Ви поступитися в конфліктній ситуації?

1. Так
2. Не завжди

3. Рідко
4. Ні, я не йду на компроміси

18. Чи можна про Ви сказати, що під час розмови чи бесіди Ви намагаєтесьбути привітним і не втрачати почуття гумору?

1. Так
2. Не завжди
3. Іноді
4. Не намагаюсь

19. Опишіть психологічний клімат у Вашій академічній групі?

_____

20. Чи вважаєте Ви, що порушення сприятливого мікроклімату призводить донегативних емоцій, що стає причиною погіршення здоров'я?

□ так; □ ні; □ важко сказати

*Якщо так, назвіть психологічні причини захворювань та до яких захворюваньвони призводять*_____

21. З якими соціально-психологічними проблемами Ви найчастіше стикаєтесьяк здобувачі освіти?

1. Фінансові
2. Побутові проблеми
3. Шкідливі звички
4. Непорозуміння з викладачами
5. Велике навантаження
6. Брак часу
7. Зниження рівня здоров'я, схильність до депресій
8. Власний варіант _____

22. Ваші дії для вирішення труднощів:

1. Прагнення до організованості
2. Пошук стимулу
3. Очікування натхнення, чи допомоги з боку одногрупників
4. Звернення за допомогою до батьків
5. Звернення за порадою до друзів
6. Звернення за допомогою до викладачів
7. Пасивне очікування, що все мине
8. Ваш варіант: _____

Дякуємо за співпрацю

Додаток В.2

Опитувальник «Мої дії щодо власного здоров'язбереження»[6]

Шановні здобувачі освіти, методика розроблена з метою оцінки уміння та навички щодо організації здорового способу життя та здатність до самовдосконалення власного здоров'я, навичок власного здоров'язбереження.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____
Дата заповнення анкети _____

Виконання санітарно-гігієнічних вимог:

1. Мию руки обов'язково перед їжею і після туалету:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

2. Чищу зуби і язик двічі на день:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

3. Щоденно приймаю ванну чи душ:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

4. Не палю:
а) так; б) іноді палю; в) палю постійно; г) мене це не турбує.

5. Алкоголь не вживаю:
а) так; б) іноді на свято; в) вживаю часто; г) мене це не турбує.

6. Сплю 7-8 годин на добу:
а) так; б) не завжди; в) менше; г) мене це не турбує.

7. Щоденно проводжу вологе прибирання своєї квартири:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

<u>Режим і культура харчування</u>

[6] Модифікований варіант (О. Голіков, Т. Осадченко)

8. Приймаю їжу повільно і щоденно 3-4 рази на день:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

9. Щоденно вживаю перші страви:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

10. Намагаюсь не зловживати жирною, кислою, гіркою, пересоленою їжею і солодощами:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

11. Не вживаю грубу, холодну, гарячу їжу а також не їм всухом'ятку:
а) так; б) іноді вживаю; в) вживаю часто; г) мене це не турбує.

12. Рідко п'ю міцну каву або чай:
а) так; б) іноді вживаю; в) вживаю часто; г) мене це не турбує.

13. Харчуюсь повноцінно:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

14. Не переїдаю:
а) так; б) не завжди; в) наїдаюся щільно; г) мене це не турбує.

15. Один день на тиждень дотримуюся розвантажувальної дієти:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

<u>Використання фізичних вправ:</u>

16. Щоденно займаюся ранковою гігієнічною гімнастикою:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

17. 4-5 разів на тиждень займаюся дозованою ходьбою по 4-5 км щоденно зі швидкістю 90-120 кроків на хвилину:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

18. 4-5 разів на тиждень займаюся тренувальною ходьбою сходами на 5-6 поверх в темпі 1 сходинка за 1 секунду:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

19. Відвідую спортивно-оздоровчу секцію 2-3 рази на тиждень, при можливості займаюся самостійно фізичними вправами

не менше 30 хвилин:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

20. Перед сном роблю прогулянки до 1-2 км:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

21. Під час занять фізичними вправами проводжу пульсометрію й аналізую одержати результати:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

Застосування природних чинників оздоровлення

22. Щоденно перебуваю на свіжому повітрі не менше 3- 4 годин:

а) так; б) не завжди; в) ні.

23. Щоденно приймаю повітряні ванни (травень- вересень) не більше 30 хвилин за прийом:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

24. 3-4 рази на тиждень приймаю сонячні ванни (травень – вересень) не більше 25 хвилин за прийом:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

25. Влітку 4-5 разів на тиждень купаюсь у відкритому водоймі, взимку – у закритому 2-3 рази на тиждень:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

26. Ходжу босоніж по підлозі або по землі, піску, траві:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

Дотримуюся розумного відпочинку, навчання і роботи

27. Після навчальних занять у ВНЗ щоденно вдома відпочиваю або сплю 45-60 хвилин:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

28. У вихідні або святкові дні проводжу активний відпочинок на лоні природи:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

29. У дні канікул (взимку та влітку) активно відпочиваю в селі, на дачі, в санаторії:

а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

30. Гуляю у парку, лісі, біля водоймищ 2-3 рази
на тиждень:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

31. Беру участь у культурно-розважальних заходах ЗВО:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) мене це не турбує.

32. На підготовку домашніх завдань щоденно витрачаю 2-3 години, іноді більше:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) ні.

33. Дивлюся щоденно телевізійні передачі не більше двох годин:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) ні.

34. Лягаю спати не пізніше 23 години, у дні канікул пізніше:
а) так; б) не завжди; в) іноді; г) набагато пізніше.

<u>Покращення емоційного та психічного стану</u>

35. Намагаюся не залишатися наодинці зі своїми неприємностями:
а) так; б) не завжди; в) іноді; г) залишаюсь наодинці.

36. Вмію відволікатися від неприємностей: читаю книги, гуляю, займаюся фізичними вправами, слухаю музику, працюю по господарству:
а) так; б) не завжди; в) не вмію; г) мене це не турбує.

37. Намагаюся не впадати в розпач:
а) так; б) не завжди; в) ні; г) не можу себе контролювати.

38. Під час сварки можу поступитися:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) ні, я не
йду на компроміси.

39. Пам’ятаю, що можливості й таланти кожного з нас обмежені:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) я так не вважаю.

40. Не ставлю надмірних вимог до тих, хто оточує:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) ставлю.

41. Під час розмови чи бесіди намагаюся бути привітним і не втрачати почуття гумору:
а) так; б) не завжди; в) іноді; г) не намагаюсь.

42. Займаюсь аутогенним тренуванням:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) не
займаюсь.

43. Виявляю турботу про здоров'я рідних і близьких, із повагою ставлюся до старшого покоління
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) не виявляю.

44. Знаю, що зміна обстановки завжди приємно впливає на людину:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) я так не вважаю.

45. Пам'ятаю, що слово є потужним подразником: воно може як викликати сміх, підняти настрій, так і пригнітити, обурити і навіть сприяти погіршенню у стані здоров'я й спровокувати хворобу:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) я так не вважаю.

<u>Здійснення самоконтролю</u>

46. Визначаю частоту пульсу в спокої, у нормі вона дорів
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) не вмію визначати.

47. Вимірюю артеріальний тиск, у нормі він становить 100/60-139/90 мм рт.ст.:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) не вимірюю.

48. Проводжу тест – 20 присідань за 30 секунд (у нормі частота показників пульсу і показник артеріального тиску відновлюється протягом 2-5 хвилин):
а) так; б) ні, не проводжу; в) рідко; г) не знаю як.

49. Визначаю частоту дихальних рухів (вдих і видих приймається за один дихальний рух), у нормі вона дорівнює 16-20 подихів на хвилину:
а) так; б) не завжди; в) рідко; г) не вмію визначати.

50. Знаю як визначати життєву ємність легенів спірометром, у нормі для юнаків вона дорівнює 3500-4500 мл, для дівчат – 2500-3500 мл:

а) так; б) знаю, але не впевнений у цьому; в) не знаю; г) не вмію.

51. Вимірюю екскурсію грудної клітини (її різницю між вдихом і видихом) у нормі 6-10 см:

а) так; б) знаю, але не вимірюю; в) рідко; г) ні.

52. Визначаю затримку дихання на вдиху (проба Штанге), у нормі вона дорівнює 45-60 секунд:

а) так; б) знаю як, але не вимірюю; в) рідко; г) ні.

53. Визначаю затримку дихання на видиху (проба Генчі), у нормі вона дорівнює 25-30 секунд:

а) так; б) знаю як, але не вимірюю; в) рідко; г) ні.

54. Проводжу пробу Розенталя (визначаю життєву ємність легенів спірометром 5 разів через 15 секунд), знаю, якщо показники з кожним разом зростають, то функціональний стан системи дихання добрий, якщо вони на одному рівні, то він задовільний, якщо з кожним разом показники знижуються, то функціональний стан системи дихання незадовільний, а коливання ЖЄЛ на +\- 200 мл у розрахунок не беруться:

а) так; б) знаю як, але не вимірюю; в) рідко; г) ні.

55. Піднімаюся на 4-5 поверх у темпі 1 сходинка за 1 секунду без зупинок (у нормі цей підйом виконується без втоми):

а) так; б) так, але із зупинками; в) ні, для мене це важко; г) ні, для мене це дуже важко.

56. Контролюю свою вагу, знаю, що вона повинна відповідати росту і визначається за формулою Брока_Бругша (М = L – 100 (кг), при рості 155-165 см; М = L – 105 (кг), при рості 166-175 см; М = L – 110 (кг), при рості понад 175 см; де М – вага у кг, L – ріст у см:

а) так; б) не завжди; в) не вимірюю; г) не вмію.

Дякуємо за співпрацю!

Обробка результатів:

Якщо респондент на більшість запитань підкреслив першу відповідь (а) – так, то це підтверджує високий рівень його культури здоров'я і доводить, що він знає, як використовувати фізичні вправи з

метою оздоровлення, вміє використовувати природні чинники оздоровлення, дотримується розумного відпочинку, навчання і праці, знає і вміє покращувати свій емоційний та психічний стан, знає і вміє здійснювати самоконтроль за станом свого здоров'я.

Якщо на більшість запитань було дано відповідь (б), то в респондентів сформований достатній рівень його культури здоров'я, тобто студент володіє достатнім рівнем знань щодо власного здоров'язбереження, проте не завжди застосовує їх на практиці.

Якщо на більшість запитань студент дав відповідь (в), то в нього сформований середній рівень культури здоров'я, що свідчить про недостатність необхідних знань, умінь і навичок щодо власного здоров'язбереження.

Якщо респондент на більшість запитань поставив відповідь (г), то в нього низький рівень культури здоров'я, він не піклується про своє здоров'я.

Додаток Ґ

Додаток Ґ.1

Анкета для студентів на визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності *(особистісно-рефлексивний критерій)*[7]

Шановні здобувачі освіти, дана анкета розроблена для визначення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Анкета є анонімною, просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата заповнення анкети _____

Уважно прочитавши запитання, оберіть із запропонованих відповідей ту, яка є для Вас найбільш прийнятною, обвівши відповідний номер або напишіть власний варіант там, де це враховано.

1. Що б Вам хотілось змінити у своєму життєвому устрої?

3. Більше відпочивати
4. Покращити умови й збільшити тривалість сну
5. Зробити свій день більш організованим
6. Навчитись готуватись до навчання більш ефективно
7. Краще харчуватись
8. Більше уваги приділяти своєму здоров'ю

2. Чи заважає стан Вашого здоров'я продуктивному навчанню?

1. Так
2. Ні
3. Інколи

[7] Анкета розроблена на основі наукових праць О. Антонової, В. Бобрицької, М. Лехолетової, Н. Поліщук, Т. Осадченко та інших науковців

3. Чи можете Ви назвати спосіб Вашого життя здоровим?

1. Так
2. Ні
3. Важко відповісти

4. Як Ви оцінюєте стан власного здоров'я?

1. Як хороший
2. Як задовільний
3. Як незадовільний

5. Чи вважаєте Ви, що Вам вистачає знань та вмінь стосовно елементівздоров'язбереження необхідних для збереження та зміцнення здоров'я?

1. Так
2. Ні
3. Важко відповісти

6. Чи вважаєте Ви, що достатньо приділяєте увагу самовдосконаленню та контролю стосовно власної здоров'язбережувальної діяльності?

1. Так
2. Ні
3. Важко відповісти

9 Чи вважаєте Ви, що Ваша самооцінка власного способу життя та організації здоров'язбережувальної діяльності об'єктивна?

1. Так
2. Ні
3. Важко відповісти

8. Якими особистими та професійними якостями повинен володіти майбутній фахівець?

1. Належним рівнем кваліфікації
2. Міцним здоров'ям
3. Стресостійкістю
4. Комунікабельністю
5. Впевненістю в собі
6. Активністю
7. Цілеспрямованість
8. Відповідальність

9. Креативність
10. Інше _____

9. Чи володієте Ви якостями, необхідними для здійснення волонтерської здоров'язбережувальної діяльності?

1.Так

2.Ні

3.Важко відповісти

10. Чи здійснюєте Ви систематичний аналіз і самооцінку власної здоров'язбережувальної діяльності?

1. Оцінюю себе критично, постійно аналізую свої дії та прагну до
2. Не маю звички оцінювати свою діяльність, якщо виникне потреба,готовий(а) змінюватись
3. Присутня постійна звичка оцінювати та контролювати свою діяльність,при цьому немає бажання змінюватись
4. Немає схильності до аналізу, самооцінки і бажання в собі щось

Дякуємо за співпрацю!

Додаток Ґ.2

Оцінка здійснення здоров'язбережувальної рефлексії майбутнімифахівцями шляхом самоаналізу[8]

Шановні здобувачі освіти, дана методика розроблена з метою визначення рівня сформованості рефлексії здоров'язбережувальної діяльності майбутніх фахівців шляхом самоаналізу.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження. Діагностика є анонімною, просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Текст методики.

1. Чи були у Вас випадки, коли аналіз Вашого вчинку примирював Вас із вашими близькими?
2. Чи змінилися Ваші духовні цінності після того, як Ви, проаналізувавши свої недоліки, вирішили змінити їх?
3. Чи часто Ви вдаєтеся до аналізу своєї поведінки у

[8] Модифікований варіант (О. Калашнікова, Т. Осадченко, М. Лехолетова)

конфліктних ситуаціях?
4. Чи часто буває так, що Ваша поведінка у конфліктній ситуації залежить від емоційного стану?
5. Чи ставите Ви себе у своїй уяві на місце якої-небудь незнайомої Вам безталанної людини?
6. Чи аналізуєте Ви причини своїх невдач?
7. Чи довго Ви згадуєте зустріч з безталанною людиною?
8. Чи намагались Ви аналізувати свою поведінку, якщо у Вас тривалий час не виникало проблемних ситуацій?
9. Як Ви вважаєте, це пов'язано з особистою потребою розібратися в собі?
10. Ви аналізуєте свою поведінку, щоб порівняти себе з іншими?
11. Чи були у Вас випадки, коли аналіз ситуації призводив до зміни рішень, прийнятих Вами раніше, зміни Вашої точки зору або переоцінки самого себе?
12. Чи часто Ви усвідомлюєте причини власних вчинків?
13. Чи часто Ви аналізуєте поведінку оточуючих Вас людей, уникаючи аналізу власної?
14. Чи намагаєтесь Ви виявити для себе причини своєї поведінки?
15. Чи вважаєте Ви однозначною і беззаперечно правильною для себе думку людини, авторитетної в проблемі, що цікавить Вас?
16. Чи намагаєтеся Ви аналізувати думки авторитетних людей?
17. Чи піддаєте Ви критичному аналізу позицію авторитетної людини, групи людей?
18. Чи протиставляєте Ви думці авторитетної людини свої добре обдумані аргументи проти?
19. Чи співпадає, як правило, Ваша точка зору з якої-небудь проблеми із думкою авторитетної людини у цій галузі?
20. Чи намагаєтеся Ви знайти причину яких-небудь недозволених життєвих протиріч, що стосуються Вас?
21. Чи буває так, що людські цінності, прийняті у суспільстві, Ви піддаєте критичному аналізу?
22. Чи часто громадська думка здатна диктувати Вам певний образ думок?
23. Чи вважаєте Ви, що уміння аналізувати Вами свою поведінку завжди призводить до прийняття єдино правильного рішення?
24. Чи намагаєтеся Ви аналізувати свою або чужу

поведінку, якщо розумієте, що це може призвести до виникнення негативних та неприємних для Вас емоцій?
25. Чи замислюєтеся Ви про поведінку сторонніх Вам людей, порівнюючи їх з собою?
26. Чи намагаєтеся Ви зайняти позицію сторонньої Вам людини у конфліктній ситуації, зіставляючи її із власною?
27. Чи вели Ви коли-небудь щоденники, куди записували свої думки, переживання?
28. Аналізуючи свої невдачі, чи схиляєтеся Ви до оцінкисвоєї поведінки?
29. Чи часто, аналізуючи свої невдачі, Ви у більшій мірі приходите до висновку, що винен безлад у соціальному житті?
30. Чи властива аналізу Вашої поведінки більшою мірою емоційна оцінка?
31. Чи присутня в аналізі власної поведінки чіткаслов
32. Чи часто суспільство здатне нав'язати Вам певнумане
33. Чи вважаєте Ви обов'язковим для себе дотримуватися всіх рекомендацій моди, певного стилю одягу тощо?
34. Чи часто буває так, що, проаналізувавши своюпове

Дякуємо за співпрацю!

Обробка результатів.

Для визначення рівня сформованості педагогічної рефлексії необхідно зіставити результати, отримані під час проведення діагностики, з ключем для її обробки. За кожну відповідь, що співпадає із ключем, респондент отримує 1 бал, у протилежному випадку – 0 балів. Отримані бали додаються.

Ключ

1. +	7. +	13. -	19. -	25. +	31. +
2. +	8. +	14. +	20. +	26. +	32. -
3. +	9. +	15. -	21. +	27. +	33. -
4. -	10. -	16. +	22. -	28. +	34. +
5. +	11. +	17. +	23. +	29. -	
6. +	12. +	18. +	24. +	30. -	

Якщо набрано від 0 до 11 балів, це свідчить про низький рівень розвитку рефлексії.

Якщо Ви набрали від 12 до 22 балів – середній рівеньрефлексії.

Якщо набрано від 23 до 34 балів – високий рівеньрефлексії.

Реєстраційний бланк відповідей методики визначення рівня сформованості педагогічної

рефлексії.

№ питання	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Відповідь												
№ питання	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Відповідь												
№ питання	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		
Відповідь												

Інструкція: З метою поглибленого пізнання самого себе Вам пропонується відповісти на низку запитань. Відповідаючи на них, позначайте в реєстраційному бланку свою згоду знаком «+», а незгоду – знаком «—». Не замислюйтеся довго над відповідями. Пам'ятайте, що правильних або неправильних відповідей не буває.

Додаток Д

Анкета
«Що мені відомо про волонтерство?»

Шановні здобувачі освіти, дана анкета розроблена з метою дослідження стану та основних тенденцій розвитку волонтерства в Україні.

Ваші відповіді дуже важливі для нашого дослідження.

Анкета є анонімною, просимо відповідати максимально чесно, одержані дані використовуватимуться виключно у наукових цілях.

Назва закладу освіти _____

Дата заповнення анкети _____

Уважно прочитавши запитання, оберіть із запропонованих відповідей ту, яка є для Вас найбільш прийнятною, обвівши відповідну позицію або напишіть власний варіант, там де це враховано.

1. Чи відоме Вам поняття «волонтерська діяльність»?
   - ✓ так, відоме з особистого практичного досвіду волонтерства
   - ✓ так, маю можливість спостерігати за роботою волонтерів
   - ✓ маю загальне уявлення ні, вперше чую про таку активність
   - ✓ ніколи не цікавив зміст даного поняття

2. Як Ви ставитеся до волонтерства як суспільного явища?
   - ✓ позитивно
   - ✓ залежно від ситуації
   - ✓ негативно
   - ✓ абсолютно байдуже

3. Чи довіряєте Ви акціям, які проводяться волонтерами в Україні?
   - ✓ так
   - ✓ завжди
   - ✓ залежно від ситуації
   - ✓ ні
   - ✓ ніколи

- ✓ мені про це нічого не відомо

4. Чи брали Ви участь у волонтерській діяльності?
   - ✓ так
   - ✓ займаюся волонтерством зараз
   - ✓ так, займався(лася) цим раніше
   - ✓ ні

6. Що, на Вашу думку, може перешкоджати людям займатися волонтерськоюдіяльністю?
   - ✓ нестача часу
   - ✓ байдужість до проблем інших людей
   - ✓ недостатність інформації про акції, події та волонтерські організації, які їх влаштовують
   - ✓ відсутність матеріальної винагороди

7. Що може мотивувати людей займатися волонтерською діяльністю?
   - ✓ бажання допомогти нужденним
   - ✓ надбання корисних соціальних і практичних навичок
   - ✓ можливість спеціалізованого навчання, міжнародні програми обміну
   - ✓ матеріальні стимули пільги при вступі до вишів та при прийомі на роботу
   - ✓ інше_

8. Чи повинні, на вашу думку, волонтери володіти спеціальними компетентностями (освітою), щоб здійснювати відповідну діяльність?
   - ✓ Так
   - ✓ ні
   - ✓ залежно від виду діяльності

9. Чи вважаєте Ви доцільними фінансові нагороди за активну волонтерськудіяльність?
   - ✓ так
   - ✓ ні

- ✓ залежно від виду діяльності

10. Чи вважаєте Ви доречними пільги при вступі до закладів вищої освіти для осіб з вагомимволонтерським досвідом?
    - ✓ так
    - ✓ ні
    - ✓ не визначився
11. Чи варто роботодавцям надавати перевагу людям з досвідом волонтерської діяльностіпри прийомі на роботу?
    - ✓ так
    - ✓ ні
    - ✓ не визначився
12. Чи варто, на Вашу думку, стимулювати людей до залучення до волонтерської діяльності?
    - ✓ так, додаткова мотивація сприятиме ще продуктивнішій діяльності
    - ✓ ні, це має бути добровільна безкорисна діяльність
13. Чи відомі Вам напрямки, за якими здійснюється волонтерська діяльність?

    так

    погано орієнтуюся

    зовсім не відомі
14. Які напрямки, на Вашу думку, є сьогодні найбільш актуальними?
    - ✓ допомога українським військовим/постраждалим внаслідок бойових дій
    - ✓ підтримка знедолених категорій населення (сироти, пенсіонери, малозабезпечені)турбота про довкілля
    - ✓ охорона навколишнього середовища допомога бездомним тваринам збір коштів на суспільно-корисні цілі виконання ремонтних робіт
    - ✓ організація дозвілля
    - ✓ здоров'язбережувальна діяльність (здоров'язбережувальне волонтерство)
    - ✓ інклюзивне волонтерство
    - ✓ спортивне волонтерство
    - ✓ поширення гуманістичних та альтруїстичних ідей та настроїв в суспільстві
    - ✓ інше _____
15. До яких видів волонтерства (перерахованих вище) Ви могли б долучитися або займаєтесь зараз? Чому?

    _____
16. Ваша стать:

Додаток Е

Навчально-методичне забезпечення формування здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді засобами волонтерської діяльності

Додаток Е.1

Зміст навчальних дисциплін, спрямованих на формування здоров'язбережувальної компетентності у студентської молоді різних ЗВО України

«Здоров'язбережувальні технології у соціокультурному середовищі»

Галузь знань «23 Соціальна робота», спеціальність «231 Соціальна робота»

ОС «магістр»

ОПП «Соціальна робота»

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. Кафедра соціальної роботи та педагогіки вищої школи.

Предмет	Мета	Завдання	Компетентності
Предметом вивчення навчальної дисципліни є актуальні проблеми здоров'я людини й шляхи їх розв'язання загальновизнаними у світі засобами формування відповідального ставлення до	*Метою* викладання навчальної дисципліни «Здоров'язбережувальні технології у соціокультурному середовищі» є усвідомлення взаємозалежності особистого та громадського здоров'я, формування у майбутніх соціальних	*Основними завданнями* вивчення дисципліни «Здоров'язбережувальні технології у соціокультурному середовищі» є : – ознайомити студентів із новими підходами до визначення й розуміння здоров'я як багатофакторного елементу	Відповідно до програми здоров'язбережувальна компетентність майбутніх фахівців із соціальної роботи передбачає формування таких ***компетенцій*** як здатність: – вільно володіти понятійно-термінологічним апаратом

здоров’я; екологічні, інформаційні, громадські, законодавчі аспекти діяльності по формуванню здорового способу життя (ЗСЖ) в соціокультурному середовищі. Діяльність соціального працівника, який вивчив цю навчальну дисципліну, має бути спрямована на навчання і формування здоров’я суб’єктів соціальної роботи відповідно до сучасних підходів.	працівників загальнокультурних і професійних компетенцій у сфері проєктування і впровадження здоров’язбережувальних технологій у практику соціальної роботи, а також здоров’язбережувальної компетентності у самостійній професійній діяльності (шляхом 4 формування культури здоров’я, створення сприятливих здоров’язбережувальних умов навчання, оволодіння знаннями щодо сучасних технологій збереження здоров’я, які застосовуються у соціальній сфері) для ефективної реалізації завдань щодо покращенню здоров’я і якості життя громадян України в умовах викликів XXI століття.	людського життя; – надати інформацію про рівні здоров’я та фактори, що впливають на громадське та особисте здоров’я; – утвердити переконання про здоров’я людини як одну з найбільших цінностей, особистісний капітал, що сприяє досягненню життєвих цілей, активній саморегуляції поведінки, творчій суспільній діяльності; – розглянути досвід діяльності різних секторів суспільства, соціальних інститутів щодо формування відповідального ставлення до здоров’я; – ознайомити магістрів із різноманітністю та особливостями здоров’язбережувальних технологій, які застосовуються в соціальній роботі, освіті, охороні здоров’я, різних галузях	здоров’язбережувальної діяльності та вміло й доцільно його використовувати в навчальній та безпосередній практичній роботі в соціокультурному середовищі; – аналізувати суспільні явища та виявляти тенденції, які позитивно чи негативно впливають на здоров’я людини, об’єктивно досліджувати та враховувати фактори, які впливають на формування здоров’язбережувального середовища як однієї з умов реалізації технологій збереження здоров’я; – орієнтуватися в різноманітті та вміти застосовувати на практиці прийоми, методи формування, зміцнення й збереження власного здоров’я і здоров’я клієнтів; – оптимально й ефективно

		професійної діяльності; – сформувати уявлення про технології збереження здоров'я у соціальній сфері, розуміння їх значення як сучасного інноваційного інструмента збереження і покращення здоров'я клієнтів і працівників соціальної сфери, засобу сприяння розвитку особистості й запобігання її соціальних дисфункцій; – ознайомити зі специфікою моделювання програм сприяння покращенню здоров'я; особливостями організації та управління діяльністю зі збереження здоров'я та пропаганди ЗСЖ в Україні і за кордоном.	застосувати здоров'язбережувальні технології у різних сферах та інституціях (освітніх закладах різного типу, у закладах охорони здоров'я, соціальних службах, соціально-виховних інституціях тощо); – самостійно чи в складі команди фахівців здійснювати проєктування, впровадження, моніторинг та оцінку програм щодо сприяння покращенню здоров'я різних категорій населення у різних секторах суспільства; – здійснювати керівництво соціальними проєктами та програми здоров'язберігаючої спрямованості.

Додаток Е.2

Зміст навчальних дисциплін, спрямованих на вивчення майбутніми фахівцями основних аспектів волонтерської діяльності «Молодіжна робота у сфері дозвілля та волонтерства» (вибіркова)

Спеціальність: 231 Соціальна робота. ОС «бакалавр»

ОПП «Соціальна робота. Соціально-психологічне консультування»

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини. Факультет соціальної та психологічної освіти

Мета	Завдання	Компетентності	Програмні результати навчання
Мета курсу – вивчення майбутніми соціальними працівниками основних аспектів соціально-педагогічної дозвіллєвої та волонтерської діяльності.	**Завдання**: сформувати системні знання як по дисципліні в цілому, так і по кожній темі зокрема; розвинути навички індивідуальної і групової (командної) роботи при засвоєнні навчального матеріалу; опанування формами та методами соціально-виховної роботи з різними категоріями, що потребують допомоги.	***Загальні компетентності:*** - навички міжособистісної взаємодії; - здатність працювати в команді. ***Спеціальні (фахові) компетентності:*** - здатність до формування позитивного іміджу професії, її статусу в суспільстві - вміння враховувати потреби та прагнення молодих людей;	**Програмні результати навчання** - організовувати спільну діяльність фахівців різних галузей і непрофесіоналів, здійснювати їх підготовку до виконання завдань соціальної роботи, ініціювати командоутворення та координувати командну роботу; - демонструвати ініціативу, самостійність, оригінальність, генерувати нові ідеї для розв'язання завдань професійної діяльності. **Соціальні навички (soft skills):** Уміння працювати в команді; уміння вирішувати проблемні ситуації; навички роботи з клієнтами

«Соціальна молодіжна політика» (вибіркова)

Спеціальність: 231 Соціальна робота. ОС «доктор філософії». ОНП «Соціальна робота»

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини. Факультет соціальної та психологічної освіти

Мета	**Завдання**	**Компетентності**	**Програмні результати навчання**
Мета курсу – формування у майбутніх докторів філософії системних знань і розуміння основ молодіжної політики; теоретичних та практичних навичок розв'язувати комплексні проблеми молоді в контексті молодіжної політики.	*Завдання:* оволодіння знаннями, практичними вміннями і навичками соціальної молодіжної політики.	Оволодіти такими *компетентностями*: здатність генерувати нові ідеї (креативність). Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети; здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів); здатність проявляти толерантність та повагу до культурної різноманітності; здатність діяти соціально відповідально та свідомо; ДФК 2. Здатність до аналізу комплексних проблем у галузі молодіжної політики, основних нормативно-правових актів, які регламентують молодіжну політику; застосовувати інструменти соціальної молодіжної політики.	*Очікувані результати навчання*: генерувати нові ідеї (креативність); ДПРН 2. Аналізувати комплексні проблеми у галузі молодіжної політики, основні нормативно-правові акти, які регламентують молодіжну політику; застосовувати інструменти соціальної молодіжної політики.

Додаток Ж

Програма
формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі волонтерської діяльності

№ з/п	Педагогічна умова	Форми роботи
1.	Формування стійкої мотивації студентської молоді до здоров'язбереження (зокрема, у процесі волонтерської діяльності)	виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі, змагання, походи), спрямовані на формування мотивації студентської молоді до здоров'язбереження та волонтерства
		залучення студентської молоді до участі у волонтерських заходах в межах діяльності університетських структур (Студентська волонтерська служба, Молодіжний центр «START»), волонтерських осередків поза університетом (Волонтерський центр «Разом» та ін.)
2.	Удосконалення знань студентів з питань здорового способу життя, здоров'язбережувального волонтерства	Здоров'язбережувальний тренінг
		виховні заходи (бесіди, лекції, зустрічі)
		участь студентської молоді в науково-практичних заходах (конференції, семінари кафедр, науково-дослідних лабораторій, центрів)
		участь студентської молоді у проєктній діяльності
		підвищення кваліфікації здобувачів освіти з питань здоров'язбереження, волонтерства
3.	Впровадження інноваційних форм волонтерської здоров'язбережувальної діяльності	долучення студентів до онлайн волонтерства
		популяризація інклюзивного волонтерства серед студентської молоді (інклюзивна екскурсія, інклюзивні волонтерські заходи)

Додаток З

Соціальний проєкт «Подорожуємо без бар'єрів»





Додаток М

Волонтерство: основні поняття[9]

Благодійна діяльність – добровільна особиста та/або майнова допомога для досягнення визначених цим Законом цілей, що не передбачає одержання благодійником прибутку, а також сплати будь-якої винагороди або компенсації благодійнику від імені або за дорученням бенефіціара (набувача благодійної допомоги (фізична особа, неприбуткова організація або територіальна громада), що одержує допомогу від одного чи кількох благодійників для досягнення цілей, визначених цим Законом) (пункт 2 статті 1 ЗУ «Про благодійну діяльність та благодійні організації»).

Благодійна організація – юридична особа приватного права, установчі документи якої визначають благодійну діяльність в одній чи кількох сферах, визначених цим Законом, як основну мету її діяльності (пункт 2 статті 1 ЗУ «Про благодійну діяльність та благодійні організації»).

Благодійник – дієздатна фізична особа або юридична особа приватного права (у тому числі благодійна організація), яка добровільно здійснює один чи декілька видів благодійної діяльності (пункт 5 статті 1 ЗУ «Про благодійну діяльність та благодійні організації»).

Меценатська діяльність – благодійна діяльність у сферах освіти, фізичної культури і спорту, культури та мистецтва, охорони культурної спадщини, науки і наукових досліджень, яка здійснюється у порядку, визначеному цим Законом та іншими законами України (пункт 6 статті 1 ЗУ «Про благодійну діяльність та благодійні організації»).

Волонтерська діяльність – добровільна, соціально спрямована, неприбуткова діяльність, що здійснюється волонтерами шляхом надання волонтерської допомоги (абзац 1 частини 1 статті 1 ЗУ «Про волонтерську діяльність»).

Волонтерська допомога – роботи та послуги, що безоплатно виконуються і надаються волонтерами (абзац 2 частини 1 статті 1 ЗУ «Про волонтерську діяльність»).

Волонтерська діяльність є формою благодійної діяльності (абзац 2 частини 1 статті 1 ЗУ «Про волонтерську діяльність»).

Залучати волонтерів до своєї діяльності можуть організації та установи, які є **неприбутковими** (частина 1 статті 5 ЗУ «Про волонтерську діяльність»).

Волонтерська діяльність здійснюється за такими напрямами (частина 3 статті 1 ЗУ «Про волонтерську діяльність»):

---

[9] Волонтерство. Національна соціальна сервісна служба України. URL: https://nssu.gov.ua/volonterstvo (дата запиту: 27.08. 2023).

надання волонтерської допомоги з метою підтримки малозабезпечених, безробітних, багатодітних, бездомних, безпритульних, осіб, які потребують соціальної реабілітації, осіб, які перебувають у складних життєвих обставинах;

здійснення догляду за хворими, особами з інвалідністю, одинокими, людьми похилого віку та іншими особами, які через свої фізичні, матеріальні чи інші особливості потребують підтримки та допомоги;

надання волонтерської допомоги громадянам, які постраждали внаслідок надзвичайної ситуації техногенного чи природного характеру, дії особливого періоду, правових режимів надзвичайного чи воєнного стану, проведення антитерористичної операції, здійснення заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях, здійснення заходів, необхідних для забезпечення оборони України, захисту безпеки населення та інтересів держави у зв'язку з військовою агресію Російської Федерації проти України та/або іншої країни проти України, у результаті соціальних конфліктів, нещасних випадків, а також жертвам кримінальних правопорушень, біженцям, внутрішньо переміщеним особам;

надання волонтерської допомоги особам, які через свої фізичні або інші вади обмежені в реалізації своїх прав і законних інтересів;

проведення заходів, пов'язаних з охороною навколишнього природного середовища, збереженням культурної спадщини, історико-культурного середовища, пам'яток історії та культури, місць поховання;

сприяння проведенню заходів національного та міжнародного значення, пов'язаних з організацією спортивних, культурних, молодіжних та інших видовищних і громадських заходів;

надання волонтерської допомоги для ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій техногенного або природного характеру;

надання волонтерської допомоги Збройним Силам України, іншим військовим формуванням, правоохоронним органам, органам державної влади під час дії особливого періоду, дії правового режиму надзвичайного чи воєнного стану, проведення антитерористичної операції, здійснення заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях, здійснення заходів, необхідних для забезпечення оборони України, захисту безпеки населення та інтересів держави у зв'язку з військовою агресією Російської Федерації проти України та/або іншої країни проти України;

надання волонтерської допомоги для подолання наслідків бойових дій, терористичного акту, збройного конфлікту, тимчасової окупації;

надання волонтерської допомоги для подолання наслідків збройної агресії Російської Федерації проти України та/або іншої країни проти України, а також для післявоєнного відновлення і розвитку України;

надання волонтерської допомоги особам/сім'ям, які опинилися у складних життєвих обставинах через шкоду, завдану бойовими діями, терористичним актом, збройним конфліктом, тимчасовою окупацією, збройною агресією Російської Федерації проти України та/або іншої країни проти України;

сприяння уповноваженому органу з питань пробації у здійсненні нагляду за засудженими та проведенні з ними соціально-виховної роботи;

сприяння центральним і місцевим органам виконавчої влади, органам місцевого самоврядування, підприємствам, установам та організаціям, об'єднанням громадян, а також фізичним особам, які здійснюють соціальний патронаж, у проведенні заходів, спрямованих на соціальну адаптацію осіб, які відбули покарання у виді обмеження волі або позбавлення волі на певний строк, а також звільнені від подальшого відбування зазначених видів покарань на підставах, передбачених законом;

надання волонтерської допомоги особам, які постраждали внаслідок інфекційних (небезпечно інфекційних, особливо небезпечних інфекційних) хвороб та епідемій;

надання волонтерської допомоги, пов'язаної із захистом та рятуванням тварин;

надання волонтерської допомоги за іншими напрямами, не забороненими законодавством.

Національна соціальна сервісна служба України відповідно до норм Закону України «Про волонтерську діяльність», як центральний орган виконавчої влади, що реалізує державну політику у сфері волонтерської діяльності, виконує низку повноважень:

забезпечує реалізацію державної політики у сфері волонтерської діяльності;

вживає інших заходів для розвитку та популяризації волонтерської діяльності;

сприяє поширенню інформації про волонтерську діяльність;

сприяє громадським об'єднанням та благодійним організаціям у їхній діяльності, спрямованій на розвиток волонтерської діяльності;

поширює інформацію про стан реалізації галузевих та регіональних програм сприяння та підтримки волонтерської діяльності;

оприлюднює на своєму веб-сайті наявну інформацію про організації та установи, що залучають до своєї діяльності волонтерів, зокрема, інформацію про організації та установи, що залучають іноземців та осіб без громадянства для провадження волонтерської діяльності на території України, протягом трьох робочих днів з дня отримання відповідної інформації;

сприяє здійсненню міжнародного співробітництва з питань волонтерської діяльності, узагальнює і поширює практику роботи у цій сфері.