

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛТАВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. Г. КОРОЛЕНКА

ВИТОКИ

педагогічної майстерності

Науковий журнал

Виходить двічі на рік

Заснований у травні 2007 року

Випуск 35

Серія «Педагогічні науки»

INDEX  COPERNICUS
I N T E R N A T I O N A L

Ulrichsweb Global Serials Directory

Полтава
2025

ISSN 2616-6623

UDC 37.091.12:005.336.5

DOI <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2025.35>

THE SOURCES OF PEDAGOGICAL SKILLS

Founder and publisher:

POLTAVA V. G. KOROLENKO NATIONAL PEDAGOGICAL UNIVERSITY

The journal is published by the decision of Academic Council of Poltava National V. G. Korolenko Pedagogical University (Protocol No. 13 dated 24.04. 2025)

The journal is in the list of scientific professional publications of Ukraine (category B) in which the results of thesis may be published (Order of Ministry of Education and Science of Ukraine dated July 02, 2020, No. 886).

The journal is indexed in: Index Copernicus International, Ulrichsweb Global Serials Directory

Editor in Chief

Grynyova Maryna – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the National Academy of Sciences of Ukraine, Rector of Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Members of the editorial board

Grynyov Roman, Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Faculty of Physics, Ariel University, State Israel

Danyso Oksana, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Dovga Tetiana, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Central Ukrainian V. Vynnychenko State Pedagogical University, Kropyvnytskyi

Dziuba Tetiana, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Dyachenko-Bohun Maryna, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Zhamardiy Valery, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the UMSA

Zhdanova-Nedilko Olena, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Kononets Nataliia, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Kraschenko Yuryi, Candidate of Pedagogical Sciences, head of the State Service for Education Quality in Poltava region

Morgun Volodymyr, Candidate of Psychological Sciences, Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Tkachenko Andrii, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Khomenko Pavlo, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor of the Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University

Managing Editor – Doctor of Pedagogical Sciences **Nataliia Kononets**

The Sources of Pedagogical Skills: The journal / Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University. Poltava, 2025. Issue 35. 256 p. (Series «Pedagogical Sciences»).

The journal includes research results of scientists and lecturers, scientific researches of doctoral and postgraduate students on the problems of future teachers training, improvement of teacher's professional skills in comprehensive and vocational schools in the context of national and international educational system.

Certificate of the state registration

Series KB No. 23451-13291 PIP dated June 22, 2018

© Group of authors, 2025

© Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University 2025

ISSN 2616-6623

UDC 37.091.12:005.336.5

DOI <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2025.35>

ВИТОКИ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Засновник і видавець:

ПОЛТАВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В. Г. КОРОЛЕНКА
Друкується за ухвалою вченої ради Полтавського національного педагогічного університету

імені В.Г. Короленка (протокол № 13 від 24.04. 2025 р.)

Журнал уходить до переліку наукових фахових видань України (категорія Б),
в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт

(Наказ Міністерства освіти і науки України від 2 липня 2020 р. № 886).

Індексується в Index Copernicus International та Ulrichsweb Global Serials Directory

Головний редактор

Гриньова Марина Вікторівна – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, ректор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Члени редколегії

Гриньов Роман Станіславович, доктор фізико-математичних наук, факультет фізики Аріельського університету, Держава Ізраїль

Даниско Оксана Володимирівна, доктор педагогічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Довга Тетяна Яківна, доктор педагогічних наук, професор Центральноукраїнського державного національного педагогічного університету імені В. Винниченка, м. Кропивницький

Дзюба Тетяна Михайлівна, кандидат психологічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Дяченко-Богун Марина Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Жамардій Валерій Олександрович, доктор педагогічних наук, доцент Полтавського державного медичного університету

Жданова-Неділько Олена Григорівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Кононець Наталія Василівна, доктор педагогічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Кращенко Юрій Петрович, кандидат педагогічних наук, доцент, начальник Управління державної служби якості освіти України в Полтавській області

Моргун Володимир Федорович, кандидат психологічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Ткаченко Андрій Володимирович, доктор педагогічних наук, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Хоменко Павло Віталійович, доктор педагогічних наук, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Відповідальний редактор – доктор педагогічних наук **Наталія Василівна Кононець**

Витоки педагогічної майстерності: журнал / Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Полтава, 2025. Вип. 35. 256 с. (Серія «Педагогічні науки»).

Журнал містить результати досліджень учених та викладачів, наукові пошуки докторантів, аспірантів із проблем підготовки майбутнього вчителя, удосконалення професійної майстерності викладача загальноосвітньої і професійної школи в контексті вітчизняного та світового освітнього простору.

Свідцтво про державну реєстрацію друкованого засобу

Серія КВ № 23451-13291ПР від 22 червня 2018 р.

© Колектив авторів, 2025

© ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2025

Інформація для авторів

1. Журнал «Витоки педагогічної майстерності» призначений для публікації досліджень у галузі педагогіки, що розкривають проблеми її історії, теорії професійної освіти, виховання та навчання, соціальної педагогіки, освітнього менеджменту.

2. Журнал виходить двічі на рік.

3. Рекомендований обсяг статей, що подаються до друку, від 10 до 14 сторінок (формат аркуша А-4, розмір шрифту 14, міжрядковий інтервал 1,5, поля 2 см з усіх сторін).

4. Статті проходять процедуру первинного редакторського, редакційного розгляду та рецензування. Тексти можуть бути відхилені або повернуті авторам на доопрацювання на кожному з етапів, залежно від виявлених невідповідностей чи недоліків (у змісті, якості викладу матеріалу та технічному оформленні). Процес рецензування закритий. Остаточну ухвалу про друк статті приймає Вчена рада університету за поданням редакційної колегії видання. Автора інформує про це рішення і час виходу збірника відповідальний редактор.

4. Рукописи статей повинні містити такі компоненти: 1) постановка проблеми в загальному вигляді та вказівка на її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями; 2) аналіз найвагоміших публікацій, у яких започатковано розв'язання досліджуваної проблеми й на які спирається автор; 3) вирішення досі не вирішених аспектів наукової проблеми, яким і присвячено цю статтю; 4) формулювання мети й завдань статті; 5) виклад основного матеріалу з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів; 6) висновки з дослідження та перспективи подальшої розробки цього тематичного напрямку. Бібліографічний апарат оформлюється у відповідності зі стилем АПА.

5. Технічне оформлення наукової статті:

- вгорі ліворуч – **індекс УДК**;
- через рядок ліворуч – **ім'я та прізвище автора напівжирним шрифтом** (наприклад: **Лариса Коваленко**);
- через рядок по ширині сторінки – **ORCID автора**;
- через рядок по ширині сторінки – назва закладу, де працює дописувач (наприклад: Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка);
- через рядок по центру напівжирними прописними літерами – **назва статті** (наприклад: **РОЗВИТОК ІДЕЇ СПІВРОБІТНИЦТВА В СУЧАСНІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ПЕДАГОГІЦІ**);
- через рядок з абзацу – анотація (до 100 друкованих знаків) і ключові слова (5–7) курсивом українською мовою;
- через рядок, з абзацу – текст статті;
- через рядок по центру – слова **«Список використаних джерел»**;
- через рядок у алфавітному порядку чи в послідовності цитування – список використаних джерел (рекомендована кількість до 10-12);
- через рядок по центру – слово **«References»**;
- список використаних джерел у латинській транслітерації;
- через рядок – прізвище та ім'я автора англійською мовою;
- у наступному рядку – назва закладу, де працює дописувач, англійською мовою;
- у наступному рядку – назва статті англійською мовою;
- у наступному рядку й далі – розширена анотація (реферат – не менше 200 слів, 2000-3000 друкованих знаків) та ключові слова (5-7) англійською мовою.

6. Посилання на літературу в тексті подаються в круглих дужках за зразком (Лещук, 2008, с. 15);

7. У окремому файлі слід подати відомості про автора: прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь і звання, місце роботи й посада (дані для публікації в рубриці «Наші автори»), адреса для пересилання журналу, телефон, e-mail (не публікуються).

8. Редакційна рада може не поділяти поглядів дописувачів.

УДК 796.011:159.9:378.147

DOI [HTTPS://DOI.ORG/10.33989/2075-146X.2025.35.331174](https://doi.org/10.33989/2075-146X.2025.35.331174)

ОЛЕКСАНДР СУКАЧ

ORCID: 0009-0008-7339-8837

ВІКТОР БОНДАРЕНКО

ORCID: 0009-0001-4643-941X

ОЛЕКСАНДР М'ЯКОТА

ORCID: 0009-0006-5570-1455

ПЕТРО ЛІТВІНОВ

ORCID: 0000-0002-5312-9081

Полтавський державний аграрний університет

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В СИСТЕМІ ПРОФІЛАКТИКИ СТРЕСУ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

У статті висвітлено теоретичні засади використання фізичного виховання як ефективного засобу профілактики стресу та збереження психофізичного здоров'я студентської молоді в умовах сучасного освітнього середовища. Здійснено міждисциплінарний аналіз наукових джерел з психології, педагогіки та фізичної культури з метою обґрунтування ролі фізичного виховання як важливого ресурсу подолання негативних наслідків стресу. Розкрито психофізіологічні механізми впливу фізичної активності на нервову, ендокринну та серцево-судинну системи, а також її значення для стабілізації психоемоційного стану, покращення когнітивних функцій, нормалізації сну і підвищення загальної життєвої тонусності.

Особливу увагу приділено педагогічним умовам реалізації оздоровчого потенціалу фізичного виховання. Висвітлено доцільність включення до навчального процесу дихальних вправ, методик м'язової релаксації, стрейчингу, елементів йоги, командної взаємодії та ігрових форм, що сприяють зняттю емоційного напруження та формуванню позитивного соціально-психологічного клімату. У статті обґрунтовано, що фізичне виховання повинно стати не лише засобом розвитку рухових якостей, а й інструментом психоемоційної профілактики, що сприятиме формуванню здоров'язбережувальної культури студентської молоді. Результати дослідження мають практичне значення для модернізації програм фізичного виховання у ЗВО та створення ефективної системи підтримки психофізіологічного благополуччя здобувачів вищої освіти.

Ключові слова: *фізичне виховання, профілактика стресу, студентська молодь, психоемоційний стан, здоров'я, адаптація, фізична активність, психофізіологічна регуляція, освітнє середовище*

Постановка проблеми; її зв'язок із важливими науковими та практичними завданнями. Сучасна система вищої освіти висуває до студентської молоді не лише високі академічні вимоги, а й передбачає адаптацію до інтенсивного ритму життя, конкуренції, соціальних змін та інформаційного перенасичення. Усе це створює сприятливий ґрунт для розвитку стресових станів, які можуть мати як тимчасовий, так і хронічний характер. За даними психологічних досліджень, студенти є однією з найвразливіших категорій молоді до дії стресових чинників, що нерідко супроводжується порушеннями психоемоційної рівноваги, зниженням мотивації, порушенням сну, а також ризиками формування соматичних розладів. У контексті формування культури здоров'я та забезпечення стійкості до стресу важливу роль відіграє фізичне виховання, яке в сучасних умовах має розглядатися не лише як засіб фізичного розвитку, а як потужний інструмент психопрофілактики. Фізичні вправи сприяють нормалізації психофізіологічного стану, зменшенню проявів тривожності, підвищенню загального тонусу, стабілізації емоційної сфери та покращенню когнітивної продуктивності. Попри наявність окремих досліджень, питання комплексного впливу фізичного виховання на збереження здоров'я та зниження рівня стресу серед студентської молоді досі не є достатньо висвітленим у вітчизняній педагогічній і медико-біологічній науці. Актуальність теми зумовлена не лише високою поширеністю стресу серед студентів, а й потребою у розробці ефективних профілактичних стратегій, інтегрованих у навчально-виховний процес закладів вищої освіти.

Мета дослідження: визначити роль фізичного виховання як ефективного засобу профілактики стресу та збереження психофізичного здоров'я студентської молоді в умовах навчання у закладах вищої освіти.

Завдання дослідження: проаналізувати наукові підходи до розуміння природи стресу та його впливу на стан здоров'я студентів; охарактеризувати фізіологічні та психологічні механізми впливу фізичних вправ на зниження рівня стресу; дослідити потенціал фізичного виховання як інструменту підтримки

психоемоційної рівноваги студентів; обґрунтувати рекомендації щодо оптимізації програм фізичного виховання у ЗВО для збереження здоров'я студентської молоді

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. У дослідженні було використано ряд наукових джерел, які надали теоретичне підґрунтя для розкриття теми. У праці Наугольник Л. Б. (2015) проаналізовано природу стресу, його типи, динаміку та методи подолання; Овчаренко О. Ю. (2023) висвітлює психологічні аспекти стресу, особливо у контексті професійного вигорання та психічного здоров'я; Грибан Г. П. (2021) детально розкриває значення фізичного виховання у процесі збереження здоров'я студентів, підкреслюючи його педагогічний потенціал; Сапегіна В. В. (2019) акцентує увагу на формуванні здорового способу життя в екологічно та соціально нестабільному середовищі; Кушнірюк С. Г. (2016) аналізує особливості загальної та професійно-прикладної фізичної підготовки студентів як елементу адаптації до освітнього навантаження; Літус Р. І. (2016) розглядає методіку проведення факультативних занять силової спрямованості як засобу фізичного розвитку та профілактики психофізіологічних порушень.

Підсумовуючи аналіз залучених джерел, можна стверджувати, що наукова література містить ґрунтовні напрацювання щодо окремих аспектів стресу, фізичного виховання та збереження здоров'я студентської молоді. У працях дослідників висвітлюються психологічні механізми впливу стресу, його прояви в умовах освітнього навантаження, а також оздоровчі можливості фізичної активності. Водночас, наявні напрацювання переважно мають фрагментарний характер: або зосереджуються виключно на фізичному розвитку студентів, або на психологічних підходах до подолання стресу без комплексного аналізу їх взаємозв'язку. Саме відсутність цілісного міждисциплінарного підходу до проблеми обумовила вибір теми нашої статті та визначила її структуру, спрямовану на інтеграцію теоретичних засад, практичних аспектів фізичного виховання та рекомендацій щодо профілактики стресу в студентському середовищі.

Викладення основного матеріалу дослідження. Стан здоров'я студентської молоді в сучасних умовах є складною та багатофакторною проблемою, на яку суттєво впливають соціально-психологічні, екологічні, поведінкові та освітні чинники. Одним із ключових дестабілізуючих факторів є стрес, який виникає як реакція на інтелектуальні перевантаження, зміну соціального середовища, високий рівень відповідальності та невизначеність майбутнього. За даними досліджень, понад 70% студентів в Україні відчувають регулярний або періодичний психоемоційний дискомфорт, що негативно впливає на їх загальний стан здоров'я, академічну успішність і соціальну адаптацію.

Стрес як біопсихосоціальне явище має складну структуру і включає фізіологічні реакції (підвищення артеріального тиску, частоти серцевих скорочень, вивільнення кортизолу), а також психологічні симптоми (тривожність, напруга, дратівливість, втома, зниження концентрації). При тривалому впливі стрес може стати причиною хронічної втоми, синдрому емоційного вигорання, депресивних станів і різних соматичних захворювань.

У науковій літературі профілактика стресу розглядається як система психолого-педагогічних, соціальних та фізіологічних заходів, спрямованих на зниження негативного впливу стресових факторів та підвищення адаптивного потенціалу особистості. Серед доступних та універсальних засобів профілактики особливе місце займає **фізична активність**, що забезпечує не лише фізичне, а й емоційне та соціальне розвантаження (Наугольник, 2015; Овчаренко, 2023).

Механізми впливу фізичної активності на стресорні стани зумовлені її здатністю нормалізувати діяльність вегетативної нервової системи, регулювати гормональний фон (зниження рівня кортизолу, підвищення рівня серотоніну та ендорфінів), покращувати якість сну, знижувати психофізіологічну напругу. Регулярна рухова активність також підвищує стійкість організму до фізичних і психічних навантажень, зміцнює серцево-судинну систему, покращує дихальні функції, що в сукупності сприяє підтриманню загального здоров'я. Таким чином, фізичне виховання у структурі навчального процесу може бути не лише засобом гармонійного фізичного розвитку, а й дієвим компонентом системи збереження здоров'я та профілактики стресу серед студентської молоді.

У сучасній парадигмі освіти фізичне виховання дедалі більше розглядається як багатофункціональний засіб, здатний впливати не лише на фізичний стан студентів, а й на їх психічне здоров'я, емоційну стабільність і соціальну активність. Особливої значущості фізична активність набуває в умовах хронічного інформаційного перенавантаження, академічного тиску та зниження мотивації до навчання, які є характерними для студентського середовища.

Фізичне навантаження сприяє зниженню стресу за рахунок активації адаптаційних механізмів організму. Зокрема, під час виконання фізичних вправ активізуються процеси терморегуляції, дихання, кровообігу, що стимулює обмін речовин, а також активізується вивільнення ендорфінів та серотоніну – нейромедіаторів, які сприяють зменшенню тривожності, підвищенню настрою та покращенню загального самопочуття (Сококонь, Донець, Хоменко, Мироненко, Шостак, 2025).

У практиці фізичного виховання важливе значення має не лише тип фізичного навантаження, а й його організаційна форма. Командні види спорту, ігрові форми занять, інтерактивні рухові вправи сприяють формуванню почуття підтримки, зміцненню соціальних зв'язків, розвитку вмінь комунікації та кооперації. Індивідуальні види активності (біг, плавання, йога, фітнес) ефективні для зняття емоційного

напруження, саморегуляції та підвищення рівня особистої відповідальності за стан свого здоров'я (Кушнірюк, 2016; Сапегіна, 2019).

Дослідження доводять, що навіть помірна фізична активність 3–4 рази на тиждень здатна знизити прояви стресу на 30–50%, а регулярна участь у програмах фізичного виховання значно покращує не лише фізичні показники, але й емоційний фон студентів. Позитивного ефекту також можна досягти завдяки впровадженню у програму фізичного виховання технік дихальної гімнастики, релаксаційних вправ, елементів йоги, аутотренінгу.

Таким чином, фізичне виховання у вищій школі має бути переосмислене з урахуванням не лише спортивної, але й психоемоційної складової, що дозволить підвищити його ефективність як профілактичного інструменту збереження здоров'я студентської молоді.

Враховуючи викладене, доцільно сформулювати низку практичних рекомендацій для викладачів фізичного виховання закладів вищої освіти, які сприятимуть ефективній профілактиці стресу та збереженню здоров'я студентської молоді. Передусім варто інтегрувати в структуру занять елементи психоемоційного розвантаження – дихальні вправи, техніки релаксації, стрейчинг, йогу або аутогенне тренування. Ці методи сприяють стабілізації нервової системи, зниженню тривожності та покращенню загального емоційного фону студентів.

Не менш важливим є створення умов для позитивного емоційного досвіду під час занять. Фізична активність має бути не джерелом додаткового тиску, а простором для самовираження, емоційного піднесення та внутрішнього комфорту. У цьому контексті ефективним є використання ігрових, інтерактивних і командних форм занять, які посилюють мотивацію, підтримують соціальну згуртованість та сприяють формуванню позитивного мікроклімату в студентському середовищі.

Особливу увагу слід приділити індивідуалізації підходів до студентів, що передбачає варіативність навантаження відповідно до фізичних можливостей, психоемоційного стану та особистих уподобань. Такий підхід підвищує рівень залучення студентів до занять і знижує ризик емоційного вигорання. Крім того, важливим елементом є формування у студентів усвідомлення значення фізичної активності як засобу збереження здоров'я. Це можливо шляхом проведення мотиваційних бесід, мінілекцій або інтерактивних завдань, спрямованих на підвищення рівня фізкультурно-оздоровчої грамотності.

Ефективність профілактичної роботи значно зростає у разі міждисциплінарної взаємодії викладачів фізичного виховання з іншими учасниками освітнього процесу – кураторами груп, працівниками психологічної служби та адміністрацією ЗВО. Спільне планування профілактичних заходів дозволяє реалізовувати комплексний підхід до збереження психофізичного здоров'я студентів. Таким чином, фізичне виховання, за умови його модернізації та спрямування на вирішення актуальних завдань здоров'язбереження, здатне стати важливим чинником підтримки емоційної стабільності та стресостійкості студентської молоді.

Висновок. Результати теоретичного аналізу дозволяють стверджувати, що фізичне виховання є важливим інструментом профілактики стресу та збереження психофізичного здоров'я студентської молоді в умовах сучасної вищої освіти. Під впливом фізичної активності нормалізуються психофізіологічні процеси, знижується рівень тривожності, покращується емоційний стан, активізуються адаптаційні механізми та підвищується загальна стресостійкість організму. У статті доведено, що найбільш ефективними є ті форми фізичного виховання, які поєднують фізичне навантаження з елементами психоемоційної підтримки, командної взаємодії та мотиваційної залученості студентів. Такий підхід потребує переосмислення традиційної моделі організації занять та інтеграції інноваційних методів у навчально-виховний процес.

Перспективи подальших досліджень. Незважаючи на визнання ролі фізичної активності в системі оздоровлення, питання її цілеспрямованого використання для подолання стресу серед студентської молоді залишається недостатньо розробленим. Це визначає перспективи подальших наукових досліджень, зокрема: розроблення моделей програм фізичного виховання з акцентом на психоемоційну складову; емпіричне вивчення впливу різних видів фізичної активності на стресостійкість студентів; дослідження довготривалих ефектів впровадження оздоровчих програм у ЗВО; аналіз зв'язку між фізичною активністю та когнітивною продуктивністю студентів у стресових умовах.

Список використаних джерел

- Грибан, Г. П. (2021). *Фізичне виховання студентів*. Житомир: Житомирський державний університет імені Івана Франка.
- Кушнірюк, С. Г. (2016). *Загальна фізична та професійно-прикладна підготовка у системі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів*. Бердянськ: Вид-ць Ткачук О. В.
- Літус, Р. І. (2016). *Особливості методики проведення факультативних занять силової спрямованості зі студентами вищих навчальних закладів*. Бердянськ: Вид-ць Ткачук О. В.
- Наугольник, Л. Б. (2015). *Психологія стресу*. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ.
- Овчаренко, О. Ю. (2023). *Психологія стресу та стресових розладів*. Київ: Університет «Україна».

- Сапегіна, В. В. (2019). *Фізичне виховання і формування здорового способу життя в сучасних екологічних умовах*. Харків: Харківський національний університет міського господарства ім. О. М. Бекетова.
- Согоконь, О. А., Донець, О. В., Хоменко, П. В., Мироненко, С. Г., Шостак, Є. Ю. (2025). Сучасні підходи до здоров'язбережувальної діяльності фахівців фізичної культури в умовах інтеграції у світовий освітній простір. *Світ медицини та біології*, 1 (91), 247-253.

References

- Hryban, H. P. (2021). *Fizyczne vykhovannia studentiv [Physical education of students]*. Zhytomyr: Zhytomyrskyi derzhavnyi universytet imeni Ivana Franka [in Ukrainian].
- Kushniriuk, S. H. (2016). *Zahalna fizychna ta profesiino-prykladna pidhotovka u systemi fizychnoho vykhovannia studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv [General physical and vocational training in the system of physical education of students of higher educational institutions]*. Berdiansk: Vydavets Tkachuk O. V. S. [in Ukrainian].
- Litus, R. I. (2016). *Osoblyvosti metodyky provedennia fakultatyvnykh zaniat sylovoi spriamovanosti zi studentamy vyshchyykh navchalnykh zakladiv [Peculiarities of the methodology for conducting optional strength-oriented classes with students of higher educational institutions]*. Berdiansk: Vydavets Tkachuk O. V. [in Ukrainian].
- Nauholnyk, L. B. (2015). *Psykhohihiia stresu [Psychology of stress]*. Lviv: Lvivskyi derzhavnyi universytet vnutrishnikh sprav [in Ukrainian].
- Ovcharenko, O. Yu. (2023). *Psykhohihiia stresu ta stresovykh rozladiv [Psychology of stress and stress disorders]*. Kyiv: Universytet "Ukraina" [in Ukrainian].
- Sapiehina, V. V. (2019). *Fizyczne vykhovannia i formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia v suchasnykh ekolohichnykh umovakh [Physical education and the formation of a healthy lifestyle in modern environmental conditions]*. Kharkiv: Kharkivskyi natsionalnyi universytet miskoho hospodarstva im. O. M. Beketova [in Ukrainian].
- Sogokon, O. A., Donets, O. V., Khomenko, P. V., Myronenko, S. H., & Shostak, Ye. Yu. (2025). Suchasni pidkhody do zdorov'iazberezhualnoi diialnosti fakhivtsiv fizychnoi kultury v umovakh intehratsii u svitovyi osvittii prostir [Modern approaches to health-preserving activities of physical education specialists in the context of integration into the global educational space]. *Svit medytsyny ta biolohii [The world of medicine and biology]*, 1 (91), 247-253 [in Ukrainian].

SUKACH O., BONDARENKO V., MYAKOTA O., LITVINOV P.
Poltava State Agrarian University, Ukraine

PHYSICAL EDUCATION AS A COMPONENT OF STRESS PREVENTION AND HEALTH PRESERVATION AMONG STUDENT YOUTH

The article highlights the theoretical foundations of utilizing physical education as an effective tool for stress prevention and the preservation of students' psychophysical health within the context of modern higher education. The relevance of the topic stems from the increasing levels of psycho-emotional tension among students, driven by the high intensity of academic demands, the instability of the social environment, information overload, and the lack of effective mechanisms for psychological self-regulation. These factors significantly impact students' functional states, reduce stress resilience, disrupt emotional balance, and contribute to the risk of chronic psychosomatic disorders.

The study presents an interdisciplinary analysis of scientific literature in the fields of psychology, pedagogy, and physical education to substantiate the role of physical activity as a vital resource in counteracting the negative effects of stress. The psychophysiological mechanisms underlying the influence of physical exercise on the nervous, endocrine, and cardiovascular systems are explored, along with their significance for emotional stabilization, improved cognitive functioning, sleep normalization, and enhanced overall vitality.

Special attention is given to pedagogical conditions that support the health-preserving potential of physical education. The article emphasizes the value of incorporating breathing techniques, muscle relaxation, stretching, elements of yoga, teamwork, and game-based activities into the educational process. These approaches help alleviate emotional tension and foster a positive socio-psychological climate within student groups. Practical recommendations for physical education instructors are provided, focusing on tailoring activities to students' individual psychophysical characteristics, creating a motivational environment, and offering emotional support.

The article argues that physical education should be regarded not merely as a means of developing motor skills, but as an essential tool for psycho-emotional prevention. Its thoughtful integration into the educational environment contributes to the development of a health-preserving culture among students. The findings hold practical significance for the modernization of physical education programs in higher education and the establishment of effective systems to support students' psychophysiological well-being.

Key words: *physical education, stress prevention, student youth, emotional well-being, health preservation, psycho-emotional balance, physical activity, higher education, relaxation techniques, adaptation*

Стаття надійшла до редакції 21.03.2025 р.

НАШІ АВТОРИ

Артюшенко Олександр Вікторович, заступник начальника Військово-юридичного інституту Національного юридичного університету ім. Ярослава Мудрого

Бабенко Ірина Василівна, кандидат педагогічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Биковець Олег Володимирович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Божинська Мирослава Анатоліївна, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Бондаренко Віктор Петрович, старший викладач Полтавського державного аграрного університету

Бондаренко Юрій Іванович, доктор педагогічних наук, професор Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя

Бояринова Ірина Олександрівна, кандидат економічних наук, доцент, директор Відокремленого структурного підрозділу «Професійно-педагогічний фаховий коледж Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка»

Боярський Дмитро Едуардович, директор Рокитненської гімназії з дошкільним структурним підрозділом виконавчого комітету Омельницької сільської ради Кременчуцького району Полтавської області

Вареницький Володимир Миколайович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Вільхова Оксана Григорівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Вільховий Юрій Віталійович, кандидат історичних наук, доцент, декан Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Вішнікіна Любов Петрівна, доктор педагогічних наук, професор, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Гасій Олена Володимирівна, кандидат економічних наук, доцент, директор навчально-наукового центру забезпечення якості вищої освіти Полтавського університету економіки і торгівлі

Гомля Людмила Миколаївна, кандидат біологічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Горбуньова Соф'я Олегівна, старший викладач Полтавського університету економіки і торгівлі

Горохов Сергій Анатолійович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Гринь Олег Олексійович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Гриньова Марина Вікторівна, доктор педагогічних наук, професор, професор, член-кореспондент НАПН України, ректор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Губарь Ольга Григорівна, докторантка Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Гура Олексій Анатолійович, кандидат історичних наук, доцент, перший проректор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Денисовець Тамара Михайлівна, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Долідзе Алфес Іванович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Дружененко Раїса Сергіївна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

Дяченко-Богун Марина Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Єлецкий Володимир Сергійович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Навчально-наукового інституту «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна

Єрмаков Вячеслав Володимирович, кандидат географічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Зайцева Юлія Вікторівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Захарова Валерія Вікторівна, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Ільченко Олена Юріївна, доктор педагогічних наук, професор, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Іщенко Валентина Леонідівна, кандидат філологічних наук, доцент, завідувач кафедри Полтавського університету економіки і торгівлі

Кіндяк Олександр Ігорович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Кобобел Алла Євгенівна, доктор філософії, вчитель вищої категорії з фізичної культури ліцею № 26 «Шевченківський» Полтавської міської ради

Кононенко Олена Анатоліївна, старший викладач Полтавського університету економіки і торгівлі

Кононець Наталія Василівна, доктор педагогічних наук, професор, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Корносенко Оксана Костянтинівна, доктор педагогічних наук, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Кравченко Андрій Іванович, кандидат педагогічних наук, заступник начальника Військово-юридичного інституту Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого

Кравченко Іван Віталійович, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Кравченко Любов Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Красовський Володимир Васильович, кандидат біологічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Кривич Віталій Миколайович, викладач Київського інституту Національної гвардії України

Літвінов Петро Юрійович, завідувач кафедри Полтавського державного аграрного університету

Момот Олена Олегівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Мокляк Володимир Миколайович, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

М'якота Олександр Григорович, викладач Полтавського державного аграрного університету

Неусмехова Ірина Сергіївна, викладач Полтавського державного аграрного університету

Олефір Дмитро Олександрович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Онопрієнко Олександр Сергійович, доктор філософії, доцент, заступник начальника Національної академії Національної гвардії України

Пасічніченко Анжела Василівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Петренко Леся Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Помаз Юлія Володимирівна, кандидатка історичних наук, доцентка Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Пономарьов Володимир Віталійович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Рокотянська Вікторія Олексіївна, кандидат сільськогосподарських наук, асистент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Сагайдак Віталіна Романівна, асистент Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Сарнавський Сергій Петрович, асистент Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Сітарчук Роман Анатолійович, доктор історичних наук, професор, завідувач кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Сліпченко Максим Олександрович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Стаценко Дмитро Володимирович, кандидат історичних наук (PhD), викладач Відокремленого структурного підрозділу «Фаховий коледж управління, економіки і права Полтавського державного аграрного університету»; член Полтавської обласної організації Національної спілки краєзнавців України

Сукач Олександр Володимирович, старший викладач Полтавського державного аграрного університету

Сулаєва Наталія Вікторівна, доктор педагогічних наук, професор, професор, декан Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Тайбасаров Олександр Володимирович, начальник командно-штабного курсу тактичного рівня (L-2) (наставник) відділу спеціальної підготовки та підвищення кваліфікації Національної академії Державної прикордонної служби України

Таранцева Олена Олександрівна, кандидат педагогічних наук, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Титаренко Валентина Петрівна, доктор педагогічних наук, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка

Титаренко Ольга Олександрівна, кандидат сільськогосподарських наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Феніч Ростислав Вадимович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Хижя Мілена Сергіївна, студентка Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Хоменко Алла Василівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Хоменко Павло Віталійович, доктор педагогічних наук, професор, професор Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Шевченко Наталія Володимирівна, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Шерстюк Андрій Дмитрович, старший викладач Національної академії Національної гвардії України

Школяр Сергій Петрович, кандидат технічних наук, доцент, доцент кафедри педагогічної майстерності та менеджменту імені І.А.Зязюна Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г.Короленка

Шкура Тетяна Володимирівна, кандидат біологічних наук, доцент, доцент Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Шуканова Анжела Анатоліївна, кандидатка педагогічних наук, доцентка, завідувачка кафедри Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Шуліка Олександр Сергійович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Яременко Сергій Володимирович, здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

ЗМІСТ

| | | |
|------------------|--|-----|
| Биковець О. | Інтеграція технічних засобів реабілітації в інклюзивне освітнє середовище університету як соціально-педагогічна умова підтримки студентів з особливими потребами | 5 |
| Божинська М. | Методи формувального оцінювання з використанням цифрових технологій | 10 |
| Бондаренко В. | Фізичне виховання як засіб соціально-психологічної адаптації студентів до навчального процесу у ЗВО | 15 |
| Сукач О. | | |
| М'якота О. | | |
| Неусмехова І. | | |
| Бондаренко Ю. | Літературна творчість школярів на основі «Предметів уявлення» | 20 |
| Бояринова І. | Дидактичні технології у процесі формування управлінської культури викладачів у фахових коледжах | 27 |
| Боярський Д. | Дидактична модель підготовки майбутніх учителів до організації позашкільної роботи | 35 |
| Кононець Н. | | |
| Вареницький В. | Розвиток підприємницької культури майбутніх фахівців сфери туризму та рекреації як проблема наук про освіту | 42 |
| Гринь О. | Педагогічні умови використання цифрових інструментів у навчанні фінансової грамотності майбутніх керівників закладів загальної середньої освіти | 47 |
| Гриньова М. | Роль інформаційної культури у професійній підготовці вчителів інформатики | 53 |
| Шуліка О. | | |
| Губарь О. | Формування навичок взаємодії студентів педагогічних закладів у контексті вивчення освітнього компоненту «Основи інклюзивної освіти» | 58 |
| Гриньова М. | | |
| Гура О. | Освітня та педагогічна діяльність протоєрея Петра Мазанова у другій половині XIX – на початку XX століття | 66 |
| Вільховий Ю. | | |
| Сітарчук Р. | | |
| Денисовець Т. | Синергія медико-біологічних дисциплін і атлетизму як основа професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту | 86 |
| Хоменко П. | | |
| Олефір Д. | | |
| Дружененко Р. | Елементи ситуаційної методики в системі формування методичної компетентності вчителя української мови | 91 |
| Дяченко-Богун М. | Інноваційні стратегії навчання природничих дисциплін у Новій українській школі | 97 |
| Гомля Л. | | |
| Шкура Т. | | |
| Красовський В. | | |
| Рокотянська В. | | |
| Сагайдак В. | | |
| Єлецкий В. | Формування дослідницької компетентності у майбутніх інженерів-педагогів в умовах цифровізації: понятійно-термінологічний апарат | 102 |
| Єрмаков В. | Формування полікультурної компетентності при вивченні географії України і світу | 107 |
| Сарнавський С. | | |
| Шуканова А. | | |
| Вішнікіна Л. | | |
| Помаз Ю. | | |
| Зайцева Ю. | Оптимізація фахової підготовки студентів факультету фізичного виховання і спорту шляхом впровадження освітніх компонентів | 113 |
| Момот О. | | |
| Ільченко О. | Виробнича педагогічна практика як шлях реалізації єдності теорії і практики у підготовці фахівців вищої школи | 117 |
| Мокляк В. | | |
| Петренко Л. | | |
| Хоменко А. | | |
| Іщенко В. | Якість підготовки з іноземної мови в системі вищої освіти: виклики та перспективи | 122 |
| Горбуньова С. | | |
| Гасій О. | | |
| Кононенко О. | | |
| Кіндяк О. | Формування правової культури майбутніх педагогів в умовах трансформації освітнього середовища | 127 |
| Кобобел А. | Організація інклюзивних занять з фізичної культури в умовах Нової української школи | 132 |
| Кононець Н. | Формування компетентності з інформальної освіти майбутніх освітніх менеджерів у рамках дисципліни «Цифровізація у професійній діяльності» | 138 |
| Корносенко О. | Форсайт підготовки майбутніх тренерів до здійснення спортивного відбору у професійній діяльності | 147 |
| Горохов С. | | |

| | | |
|--|--|-------------------|
| Яременко С. | | |
| Кравченко А. | Сукупність педагогічних умов формування комунікативної взаємодії курсантів військового закладу вищої освіти | 152 |
| Кравченко І. Хижа М. | Особливості професійної діяльності педагога в сучасних умовах | 157 |
| Кравченко Л. Шевченко Н. | Цифровізація як технологія формування ключових компетентностей майбутніх фахівців фінансової сфери | 163 |
| Кривич В. Феніч Р. | Методологічні засади професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх офіцерів у системі вищої військової освіти | 168 |
| Онопрієнко О. Артюшенко О. Шерстюк А. Тайбасаров О. | Методика відбору кандидатів до вищих військових навчальних закладів на навчання за програмою підготовки фахівців з розвідки та спеціального призначення сил оборони України | 174 |
| Пасічніченко А. Вільхова О. Петренко Л. Захарова В. Пономарьов В. | Розвиток креативності дітей дошкільного віку у процесі театралізованої діяльності Характеристика змісту правової культури магістрів публічного управління в США та Україні Соціально-психологічні чинники формування громадянської позиції особистості у процесі занять спортом | 181 185 192 |
| Рокотянська В. Дяченко-Богун М. Гомля Л. Шкура Т. | Методика викладання природничих дисциплін із застосуванням ігрових технологій | 196 |
| Сліпченко М. | Кейс-технологія формування інформаційно-цифрової компетентності майбутніх учителів природничих дисциплін | 200 |
| Стаценко Д. | Кримськотатарський національний рух 1917 – початку 1918 років у підручниках з історії України для старшої школи 2018 року видання | 208 |
| Сукач О. Бондаренко В. М'якота О. Літвінов П. | Фізичне виховання в системі профілактики стресу та збереження здоров'я студентської молоді | 214 |
| Сулаєва Н. | Українська народна пісня в системі професійної підготовки майбутніх вчителів музики: культурно-творчий потенціал | 218 |
| Таранцева О. | Дидактична модель формування проєктної компетентності майбутніх хореографів | 223 |
| Титаренко В. Титаренко О. Хоменко П. Денисовець Т. Долідзе А. Школяр С. Бабенко І. | Формування екологічної компетентності у майбутніх фахівців технологічної та професійної освіти при вивченні технологій сучасного виробництва Сучасні технології природничо-наукового забезпечення адаптивної фізичної культури у професійній діяльності майбутніх фахівців фізичної культури та спорту Симулятивні методи в організації освітнього процесу підготовки майбутніх фахівців до толерантної професійної діяльності | 231 236 241 |

CONTENTS

| | | |
|--|--|----|
| Bykovets O. | Integration of technical rehabilitation equipment into the inclusive educational environment of the university as a social-pedagogical condition of supporting students with special needs | 5 |
| Bozhynska M. | Methods of formative assessment using digital technologies | 5 |
| Bondarenko V. Sukach O. Myakota O. Neusmekhova I. | Physical education as a means of students' socio-psychological adaptation to the educational process in Higher Education Institutions | 15 |

| | | |
|--|---|-----|
| Bondarenko Y. | Literary creativity of schoolchildren on the basis of «Imaginational objects» | 20 |
| Boiarynova I. | Didactic technologies in the process of forming the management culture of teachers in vocational colleges | 27 |
| Boyarsky D. Kononets N. | Didactic model of training future teachers for organization of extra-school work | 35 |
| Varenyskyi V. | Development of entrepreneurial culture among future tourism and recreation professionals as a challenge in educational sciences | 42 |
| Hryn O. | Pedagogical conditions for the use of digital tools in teaching financial literacy to future managers of general secondary education institutions | 47 |
| Grynova M. Shulika O. | The role of information culture in the professional training of computer science teachers | 53 |
| Hubar O. Grynova M. | Formation of interaction skills of students of pedagogical institutions in the context of studying the educational component «Fundamentals of inclusive education» | 58 |
| Hura O. Vilkhovyi Y. Sitarchuk R. | The educational and pedagogical activities of archpriest Petro Mazanov in the second half of the 19th – at the beginning first half of the 20th century | 66 |
| Denysovets T. Khomenko P. Olefir D. Druzhenenko R. | Synergy of medical-biological disciplines and athletic training as a foundation for the professional training of future specialists in sports sciences and physical education | 86 |
| Dyachenko-Bohun M. Gomlya L. Shkura T. Krasovsky V. Rokotyanska V. Sahaydak V. Yeletsky V. | Elements of situational methodology in the system of forming methodological competence of a ukrainian language teacher | 91 |
| | Innovative strategies of teaching natural sciences in the new Ukrainian school | 97 |
| Yermakov V. Sarnavsky S. Shukanova A. Vishnikina L. Pomaz Ju. | Formation of research competence in future engineer-educators in the conditions of digitalization: conceptual and terminological apparatus | 102 |
| | Formation of multicultural competence in the study of Ukrainian and world geography | 107 |
| Zaitseva Ju. Momot O. Ilchenko O. Mokliak V. Petrenko L. Khomenko A. Ischenko V. Horbunova S. Hasii O. Kononenko O. Kindyak O. | Optimization of the professional training of faculty of physical education and sports students through the implementation of educational components | 113 |
| | Industrial pedagogical practice as a way of implementing the unity of theory and practice in the training of high school specialists | 117 |
| | Quality of foreign language training in the system of higher education: challenges and prospects | 122 |
| | Formation of legal culture of future teachers in the conditions of transformation of the educational environment | 127 |
| Kobobel A. Kononets N. | Organising inclusive physical education classes in the new Ukrainian school | 132 |
| | Formation of competence in informal education of future educational managers within the framework of the discipline "Digitalization in professional activity" | 138 |
| Kornosenko O. Horokhov S. Yaremenko S. Kravchenko A. | Foresight of training future coaches for sports selection in professional activity | 147 |
| | Complexity of pedagogical conditions to form communicative interaction among the cadets of military institutions of higher education | 152 |
| Kravchenko I. | Features of a teacher's professional activity in modern conditions | 157 |

| | | |
|--------------------|--|-----|
| Khyzha M. | | |
| Kravchenko L. | Digitalization as a technology for forming key competences of future financial specialists | 163 |
| Shevchenko N. | | |
| Kryvych V. | Methodological foundations of professional and applied physical training for future officers in higher military education | 168 |
| Fenich R. | | |
| Onopriienko O. | Methodology for selecting candidates to higher military educational institutions for training under the training program for intelligence and special purpose specialists of the defense forces of Ukraine | 174 |
| Artyushenko O. | | |
| Sherstyuk A. | | |
| Taybasarov O. | | |
| Pasichnichenko A. | Development of creativity of preschool children in the process of theatreized activities | 181 |
| Vilkhova O. | | |
| Petrenko L. | Characteristics of the content of the legal culture of masters of public administration in the USA and Ukraine | 185 |
| Zakharova V. | | |
| Ponomarov V. | Social and psychological factors in the formation of an personal position in the sports activities | 192 |
| | | |
| Rokotyanska V. | Methodology of teaching natural sciences using game technologies | 196 |
| Dyachenko-Bohun M. | | |
| Gomlya L. | | |
| Shkura T. | | |
| Slipchenko M. | Case technology of formation of information and digital competence of future teachers of natural disciplines | 200 |
| | | |
| Statsenko D. | The Crimean Tatar National Movement of 1917 – early 1918 in Ukrainian history textbooks for high school, 2018 edition | 208 |
| | | |
| Sukach O. | Physical education as a component of stress prevention and health preservation among student youth | 214 |
| Bondarenko V. | | |
| Myakota O. | | |
| Litvinov P. | | |
| Sulaieva N. | Ukrainian folk song in the system of professional training of future music teachers: cultural and creative potential | 218 |
| | | |
| Tarantseva O. | Didactic model of formation of design competence of future choreographers | 223 |
| Tytarenko V. | Formation of environmental competence in future specialists of technological and vocational education when studying modern production technologies | 231 |
| Tytarenko O. | | |
| Khomenko P. | Modern technologies of natural science-based support for adaptive sports and physical activity in the professional practice of future experts in sports science and physical education | 236 |
| Denysovets T. | | |
| Dolidze A. | | |
| Shkolyar S. | Simulative methods in organizing the educational process of preparing future specialists for tolerant professional activities | 241 |
| Babenko I. | | |

