

**РЕБРИНА Анатолій**

кандидат педагогічних наук, професор,  
професор кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту,  
Хмельницький національний університет, м. Хмельницький

<https://orcid.org/0000-0001-7707-5324>

[rebryna2016@gmail.com](mailto:rebryna2016@gmail.com)

**КОЛОМОЄЦЬ Галина**

кандидат педагогічних наук, старший дослідник,  
заступник директора,  
ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», м. Київ

<https://orcid.org/0000-0002-4315-3977>

[g0978423267@gmail.com](mailto:g0978423267@gmail.com)

**ДЕРЕВ'ЯНКО Вікторія**

завідувач сектору наукового та навчально-методичного забезпечення  
змісту суспільної, громадянської та технологічної освіти відділу наукового  
та навчально-методичного забезпечення змісту загальної середньої освіти

в Новій українській школі,

ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти», м. Київ

<https://orcid.org/0009-0003-1218-9752>

[victoriya2009@ukr.net](mailto:victoriya2009@ukr.net)

## ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ДІТЕЙ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНИХ ІГОР

*Реалії сьогодення висувають вимоги до ціннісного усвідомлення здорового способу життя, розуміння необхідності вміння діяти в екстремальних ситуаціях, володіти навичками самодопомоги та самопідтримки, збереження стійкості та виваженості в умовах небезпеки. У даному контексті впровадження військово-спортивних ігор в освітній процес закладів загальної середньої освіти (зокрема, на уроках фізичної культури) та у позаурочну діяльність (при проведенні виховних заходів, конкурсів, змагань тощо) має великий потенціал для формування здоров'язбережувальної компетентності дітей та учнівської молоді.*

*У статті обґрунтовано можливість військово-спортивних ігор як ефективного інструменту для формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей та учнівської молоді.*

*Визначено ряд характеристик військово-спортивних ігор у контексті здоров'язбережувальної компетентності (наявність вимог до фізичних та морально-вольових (професійно-прикладних) якостей учасників; ціннісна складова; широкий спектр форм та методів роботи (для розвитку когнітивної, фізичної та морально-вольової сфер особистості); варіативність використання засобів і методів у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності; прикладний характер завдань, досвід при виконанні яких легко інтегрується у практичну діяльність поза грою; змагальна складова; імітаційний характер окремих елементів гри, наближених до реальних ситуацій).*

*Наведено приклади військово-спортивних ігор (Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура»), Всеукраїнський (Міжнародний) збір-змагання юних рятувальників «Школа безпеки» Всеукраїнський фізкультурно-патріотичний фестиваль школярів України «Козацький гарт» Національна дитячо-юнацька військово-спортивна гра «Хортинг-Патріот»), які довели свою ефективність та доцільність для впровадження їх у практику закладів загальної середньої освіти.*

**Ключові слова:** здоров'язбережувальна компетентність, діти та учнівська молодь, військово-спортивні ігри, здоровий спосіб життя, заклади загальної середньої освіти

<https://doi.org/10.31891/pcs.2024.3.1>

### 1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

Актуальність формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей та учнівської молоді зумовлена розумінням здоров'я як головної соціальної

цінності кожної окремої особистості та суспільства в цілому.

Негативні фактори впливу на здоров'я (перебування в умовах стресу та невизначеності, зумовлені воєнним станом та повномасштабним вторгненням, екологічні проблеми, соціальні навантаження, шкідливі звички, зниження обсягів необхідної для здоров'я рухової активності) актуалізують

пошук ефективного методичного інструментарію для залучення дітей та молоді до здорового способу життя. Освітні заклади, визначаючи одним із ключових пріоритетів своєї діяльності збереження фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я учнів, закладають основи їх успішної самореалізації у майбутньому.

Реалії сьогодення висувають вимоги до ціннісного усвідомлення здорового способу життя, розуміння необхідності вміння діяти в екстремальних ситуаціях, володіти навичками самопомоги та самопідтримки, збереження стійкості та виживаності в умовах небезпеки. У даному контексті впровадження військово-спортивних ігор в освітній процес закладів загальної середньої освіти (зокрема, на уроках фізичної культури) та у позаурочну діяльність (при проведенні виховних заходів, конкурсів, змагань тощо) має великий потенціал для формування здоров'язбережувальної компетентності дітей та учнівської молоді.

## **2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ**

Аналіз сучасних досліджень з питань формування здоров'язбережувальної компетентності засвідчує важливість інтеграції різних форм діяльності фізкультурно-оздоровчого спрямування в освітній процес ЗЗСО.

Так, Н. Ясінська визначає однією з важливих умов, які сприяють формуванню у дітей та учнівської молоді мотивації до здорового способу життя та ціннісного ставлення до збереження та зміцнення здоров'я, удосконалення змісту освітнього процесу, спрямованого на оволодіння учнями відповідних знань та умінь [9].

У наукових доробках авторів (О. Бур'яноватий, М. Зубалій, В. Деревянко, Е. Єрмоєнко, Н. Касіч, С. Мішин, О. Остапенко, А. Ребрина та інші) підкреслюється важливість використання військово-спортивних ігор у процесі виховання зростаючої особистості, так як участь у таких іграх сприяє розвитку як фізичних, так і морально-вольових якостей, що є визначальним для формування здоров'язбережувальної компетентності.

Як зазначають О. Бур'яноватий та С. Мішин, ігри є «одним з найбільш ефективних засобів впливу на організм дітей

для зміцнення здоров'я, адже вони сприяють поліпшенню та прискоренню процесу навчання техніці вправ, дають змогу подолати боязливість та створюють передумови для ефективного проведення тренувально-оздоровчих занять» [2].

Досліджуючи інтереси учнівської молоді, Н. Касіч, Д. Бінецький встановили, що найбільш популярними серед учнівства є такі ігри як «Хортинг–Патріот», «Сокіл» («Джура»). Автори наголошують, що позакласна робота у закладах загальної середньої освіти має бути спрямована на залучення учнів до означених ігор [1].

М. Тимчик підкреслює, що військово-патріотичні спортивні ігри є дійовою формою виховання зростаючої молоді, оскільки дають можливість отримати та поглибити відповідні знання, сформувати важливі уміння й навички [8].

## **3. ВИДІЛЕННЯ НЕВИРШЕНИХ РАНІШЕ ЧАСТИН ЗАГАЛЬНОЇ ПРОБЛЕМИ, КОТРИМ ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ ОЗНАЧЕНА СТАТТЯ**

Незважаючи на позитивні результати, засвідчені рядом досліджень щодо виховного потенціалу ігрових форм діяльності, питання впровадження військово-спортивних ігор в освітній процес закладів загальної середньої освіти (зокрема, на уроках фізичної культури) та у позаурочну діяльність (при проведенні виховних заходів, конкурсів, змагань тощо) все ще потребує доопрацювання. Недостатньо вивченою залишається методика застосування таких ігор для формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей та учнівської молоді.

## **4. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ**

Метою статті є обґрунтування потенційних можливостей військово-спортивних ігор як ефективного інструменту для формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей та учнівської молоді.

## **5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБґРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ**

У контексті здоров'язбережувальної компетентності військово-спортивні ігри мають ряд характеристик, які вирізняють їх з-поміж інших видів діяльності, зокрема:

- наявність вимог до фізичних (витривалості, сили, швидкості реакції тощо) та морально-вольових якостей учасників (сміливості, рішучості, мужності, відваги, відповідальності, дисциплінованості, психологічної стійкості тощо)

- наявність ціннісної складової (взаємодія, гідне суперництво, повага, взаємопідтримка, відповідальність за результат);

- широкий спектр форм та методів роботи (для розвитку когнітивної, фізичної та морально-вольової сфер особистості);

- варіативність використання засобів і методів у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності;

- прикладний характер завдань, досвід при виконанні яких легко інтегрується у практичну діяльність поза грою;

- змагальна складова (як правило, ігри за своєю сутністю та характером проведення є змагальними, що сприяє додатковій мотивації до досягнення кращих результатів, підвищенню індивідуальної та командної ефективності та здоровій конкуренції між учасниками);

- імітаційний характер окремих елементів гри, наближених до реальних ситуацій (наприклад, завдань з початкової військової підготовки: подолання перешкод, влучання в ціль, розвідка та орієнтування на місцевості; завдань з безпеки життєдіяльності: алгоритми дій в екстремальних ситуаціях; завдання з першої домедичної допомоги: евакуація пораненого, стабілізація, перев'язка тощо).

Яскравими прикладами військово-спортивних ігор, які «довели свою ефективність та доцільність для впровадження їх у практику закладів загальної середньої освіти є: *Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура»)* (метою гри є виховання захисників держави, громадян-патріотів, які плекають українські традиції, духовні цінності, володіють відповідними знаннями, вміннями та навичками, здатні реалізувати свій потенціал в умовах сучасного суспільства) [6]; *Всеукраїнський (Міжнародний) збір-змагання юних рятувальників «Школа безпеки»* (метою є пропаганда серед дітей та молоді здорового і безпечного способу життя; військово-патріотичне виховання та допризовна

підготовки молоді; популяризація професії рятувальника та професійної орієнтації в сфері цивільного захисту; розвиток та напрацювання нових сучасних форм і методів діяльності, спрямованих на формування у дітей та молоді культури безпеки в надзвичайних ситуаціях; основним завданням є підвищення рівня знань дітей та молоді в галузі безпеки життєдіяльності, їх фізичної та психологічної підготовки; залучення дітей та молоді до занять прикладними видами спорту, які спрямовано на підготовку людини до дій в надзвичайних ситуаціях, надання само- та взаємодопомоги) [5]; *Всеукраїнський фізкультурно-патріотичний фестиваль школярів України «Козацький гарт»* (має на меті формування здорового способу життя, підвищення соціальної активності і зміцнення здоров'я учнівської молоді, поліпшення національно-патріотичного виховання учнів; підвищення рівня фізичної підготовленості та збільшення рухової активності; формування стійких мотивацій до самостійних занять фізичною культурою і спортом; відродження національних традицій та культурної спадщини українського народу) [7]; *Національна дитячо-юнацька військово-спортивна гра «Хортинг-Патріот»* (гра спрямована на комплексне вирішення оздоровчих, навчальних і виховних завдань: підготовка юнаків до служби в Збройних Силах України; виховання дітей та молоді в дусі патріотизму та любові до Батьківщини, створення умов для прояву активної громадянської позиції; вдосконалення тактичних і практичних знань учасників, підвищення рівня практичних навичок дій в екстремальних ситуаціях, під час дорожньо-транспортних пригод та при пожежах; розвиток соціальної та громадянської відповідальності, що виявляється в активній життєвій позиції; фізичний розвиток юних громадян, зміцнення їхнього здоров'я; інтелектуальний розвиток учнів, психологічне загартування та підготовка до майбутнього дорослого життя; організація змістовного дозвілля дітей та молоді; профілактика бездоглядності та правопорушень дітей та молоді)» [3; 4].

Для освітньої практики ЗЗСО з метою формування здоров'язбережувальної компетентності цінність запровадження

військово-спортивних ігор полягає у:

- формуванні уявлень дітей та учнівської молоді про цінність і значення здорового способу життя;

- підвищенні мотивації та формуванні ціннісних установок щодо власного здоров'я та безпеки;

- розвитку фізичних (сили, швидкості, витривалості, спритності, координації) та морально-вольових (рішучості, цілеспрямованості, дисциплінованості, активності, стійкості) якостей;

- комплексному характері загальної, спеціальної та військово-прикладної фізичної підготовки;

- систематизації знань з безпеки життєдіяльності;

- відпрацюванні навичок самопомоги та допомоги іншим у екстремальних ситуаціях;

- запровадженні дієвих практик, що відповідають вимогам сьогодення;

- популяризації українських військових історичних традицій;

- зростанні активності, соціальної включеності дітей учнівської молоді;

- організації змістовного та корисного дозвілля дітей та учнівської молоді;

- залученні дітей та учнівської молоді до спортивно-оздоровчої діяльності, занять спортом;

- формуванні всебічно та гармонійно розвиненої особистості, яка володіє життєво необхідними знаннями, уміннями та навичками для збереження здоров'я та ведення здорового способу життя.

Ефективність військово-спортивних ігор як інструменту для формування здоров'язбережувальної компетентності дітей та учнівської молоді визначається через ряд переваг:

- фізична активність: учасники виконують різноманітні завдання, долають перешкоди, витримують інтенсивні фізичні навантаження, які потребують загальної фізичної підготовленості, витривалості, сили, швидкості, координації та інших фізичних якостей;

- самоконтроль та стресостійкість: завдання різної складності в умовах фізичного та психологічного навантаження вимагають від учасників зусиль для подолання дискомфорту, умінь відслідковувати та контролювати свій

психологічний стан та емоції, зберігати настрої та концентрацію, продуктивних дій в стресових ситуаціях конкурентної боротьби і відповідальності за спільний результат;

- планування, тактичне та стратегічне мислення: ігри передбачають планування, розподіл ролей у команді, вибір стратегії дій, логіку прийняття рішень у ситуаціях, що швидко змінюються в умовах обмеженого часового ресурсу;

- соціальна взаємодія: ігри вимагають спільної роботи всієї команди, що сприяє розвитку навичок конструктивного діалогу, комунікації, координації зусиль, взаємопідтримки, толерантності (під час командної взаємодії учасники мають співпрацювати з іншими, узгоджувати оптимальні рішення, вміння вислухати інших, за потреби аргументувати власну точку зору тощо);

- лідерство та багатофункціональність: участь у військово-спортивних іграх сприяє розвитку лідерських якостей, відповідальності, прийнятті рішень, які впливають на успіх команди в умовах невизначеності та непрогнозованості результатів (учасники не завжди можуть передбачити дії суперників, що змушує шукати рішення та брати за них відповідальність, за потреби швидко змінювати свою роль в групі, залежно від потреб);

- адаптивність: у військово-спортивних іграх адаптивність виховується через створення умов, що вимагають швидкої реакції, гнучкості мислення, здатності пристосовуватися до змінних ситуацій, швидкого прийняття рішень (наприклад, зміна видів діяльності або маршрутів, оновлення та різноманітність завдань вимагають навичок швидкої перебудови дій і мислення залежно від типу завдання); так учасники отримують досвід роботи над помилками, який підвищує їхню стійкість до невдач і вчить сприймати ситуацію неспіху як складову розвитку.

Завдяки цим аспектам, військово-спортивні ігри закладають у дітей та учнівської молоді основу для здорового та активного способу життя, сприяють всебічному гармонійному розвитку особистості та формуванню здоров'язбережувальної компетентності зокрема.

## 6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

Таким чином, завдяки залученню у військово-спортивні ігри, діти та учнівська молодь набувають теоретичних та практикоорієнтованих знань, умінь та

навичок, які є необхідними для формування здоров'язбережувальної компетентності.

Подальші дослідження будуть спрямовані на створення програм військово-спортивних ігор, які були можуть бути запроваджені у позаурочну діяльність закладів загальної середньої освіти та розроблення програми гуртка «Військово-спортивні ігри» (для різних вікових категорій) для закладів позашкільної освіти.

### Література

1. Бінецький Д., Касіч Н. Стан військово-патріотичного виховання молодьких підлітків у процесі спортивно-ігрової діяльності: аналіз результатів дослідження. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та молоді. 2021. Т. 25, № 1. С. 12–21. DOI: <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2021-25-1-12-21>
2. Бур'яноватий О. М., Мішин С. В. Рекреаційні ігри у військово-спортивному багатоборстві. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. 2024. Серія 3К (176). С. 131–134. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).28](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).28)
3. Срьоменко Е. А. Хортинг – національний вид спорту України: методичний посібник. Київ: Паливода А. В., 2014. 1064 с.
4. Коломоєць Г. А. Патріотичне виховання старших підлітків у процесі військово-спортивних ігор : дис. ... канд. пед наук:13.00.07. Київ, 2021. 211с.
5. Положення про XII Всеукраїнський (I Міжнародний) збір-змагання юних рятувальників «Школа безпеки» від 26.04.2006 № 253/324/1308. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0253666-06#Text>
6. Положення про Всеукраїнську дитячо-юнацьку військово-патріотичну гру «Сокіл» («Джура») від 17 жовтня 2018 р. № 845. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/845-2018-%D0%BF#Text>
7. Регламент проведення Всеукраїнського фізкультурно-патріотичного фестивалю школярів України «Козацький гарт» від 01.03. 2018 р. URL: [http://sportgart.com.ua/doc/regl\\_koz\\_gart\\_18.pdf](http://sportgart.com.ua/doc/regl_koz_gart_18.pdf)
8. Тимчик, М. В. Єдність школи та сім'ї у військово-патріотичного вихованні старших підлітків у процесі занять хортингом. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: збірник наукових праць. 2014. Т. 18, № 2. С. 313-321.
9. Ясінська Н. В. Формування мотивації на здоровий спосіб життя школярів в умовах інноваційного освітнього середовища. Формування інноваційного здоров'язбережувального освітнього середовища: досвід проектування і реалізації : матеріали круглого столу / упоряд. Н. А. Поліщук. Луцьк : ВІППО, 2018. 124 с. С. 29 – 32

### References

1. Binetskyi D., Kasich N. Stan viiskovo-patriotychnoho vykhovannya molodkykh pidlitkiv u protsesi sportyvno-ihrovoi diialnosti: analiz rezul'tativ doslidzhennia. Teoretyko-metodychni problemy vykhovannya ditei ta molodi. 2021. T. 25, № 1. S. 12–21. DOI: <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2021-25-1-12-21>
2. Burianovatyi O. M., Mishyn S. V. Rekreatsiini ihry u viiskovo-sportyvnomu bahatorbvtvi. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. 2024. Seriiia 3K (176). S. 131–134. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).28](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).28)
3. Ieromenko E. A. Khortynh – natsionalnyi vyd sportu Ukrainy: metodychnyi posibnyk. Kyiv: Palyvoda A. V., 2014. 1064 s.
4. Kolomoiets H. A. Patriotychno vykhovannya starshykh pidlitkiv u protsesi viiskovo-sportyvnykh ihor : dys. ... kand. ped nauk:13.00.07. Kyiv, 2021. 211s.
5. Polozhennia pro XII Vseukrainskyi (I Mizhnarodnyi) zbir-zmahannia yunykhn riatuvalnykiv «Shkola bezpeky» vid 26.04.2006 № 253/324/1308. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0253666-06#Text>
6. Polozhennia pro Vseukrainsku dytiacho-yunatsku viiskovo-patriotychnu hru «Sokil» («Dzhura») vid 17 zhovtnia 2018 r. № 845. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/845-2018-%D0%BF#Text>
7. Rehlament provedennia Vseukrainskoho fizkulturno-patriotychnoho festyvaliu shkoliariv Ukrainy «Kozatskyi hart» vid 01.03. 2018 r. URL: [http://sportgart.com.ua/doc/regl\\_koz\\_gart\\_18.pdf](http://sportgart.com.ua/doc/regl_koz_gart_18.pdf)
8. Tymchuk, M. V. Yednist shkoly ta simi u viiskovo-patriotychnoho vykhovanni starshykh pidlitkiv u protsesi zaniat khortynhom. Teoretyko-metodychni problemy vykhovannya ditei ta uchnivskoi molodi: zbirnyk naukovykh prats. 2014. T. 18, № 2. S. 313-321.
9. Iasinska N. V. Formuvannia motyvatsii na zdorovyi sposib zhyttia shkoliariv v umovakh innovatsiinoho osvithnoho seredovyscha. Formuvannia innovatsiinoho zdoroviazberezhuvalnoho osvithnoho seredovyscha: dosvid proektuvannia i realizatsii : materialy kruhloho stolu / uporiad. N. A. Polishchuk. Luts'k : VIPPO, 2018. 124 s. S. 29 – 32

---

**Abstract****REBRYNA Anatolii**

Khmelnyskyi National University

**KOLOMOIETS Halyna, DEREVIANKO Victoria**

State Scientific Institution «Institute of education content modernization»

**FORMATION OF HEALTH CARE COMPETENCE IN CHILDREN AND STUDENT YOUTH BY MEANS OF MILITARY SPORTS GAMES**

*Educational institutions, determining one of the key priorities of their activities to preserve the physical, mental, spiritual and social health of students, lay the foundations for their successful self-realization in the future.*

*In this context, the implementation of military sports games in the educational process of general secondary education institutions (in particular, in physical education classes) and in extracurricular activities (when conducting educational activities, contests, competitions, etc.) has great potential for the formation of health-preserving competence of children and students young people*

*The article substantiates the possibilities of military sports games as an effective tool for the formation of health-saving competence in children and school youth.*

*A number of characteristics of military sports games in the context of health-preserving competence have been determined (the presence of requirements for the physical and moral-willed qualities of the participants; a valuable component; a wide range of forms and methods of work (for the development of the cognitive, physical and moral-willed spheres of the individual); variability of use means and methods in the process of health-saving competence; the applied nature of the tasks, the performance of which is easily integrated into the practical activity; the imitative nature of certain elements of the game, which are close to real situations.*

*Examples of military sports games are given (All-Ukrainian children's and youth military-patriotic game «Falcon» («Jura»), All-Ukrainian (International) gathering-competition of young rescuers «Safety School», All-Ukrainian physical culture and patriotic festival of schoolchildren of Ukraine «Cossack Gart» National Children's - youth military sports game «Horting-Patriot»), which have proven their effectiveness and expediency for their implementation in the practice of general secondary education institutions.*

*The effectiveness of military sports games as a tool for the formation of health-saving competence of children and school youth is determined by a number of advantages (physical activity, self-control and stress resistance, planning, tactical and strategic thinking, social interaction, leadership and multifunctionality, adaptability).*

**Key words:** *health care competence, children and student youth, military sports games, healthy lifestyle, general secondary education institutions.*

---