

**УДК 372.36:371.71**

**Альона Пінчук**

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID

**Наталія Скачедуб**

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0002-2249-4203

DOI 10.24139/2312-5993/2024.01-02/171-182

## **УПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ «ПРАГНЕМО БУТИ ЗДОРОВИМИ» В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

*Актуальність питання здорового способу дітей молодшого шкільного віку зумовлена тим, що саме у дітей даної вікової категорії найбільш міцно закладається досвід оздоровлення, формуються основні знання, уміння та навички здорового способу життя.*

*Дослідно-пошукова робота включала у себе розробку та реалізацію програми «Прагнемо бути здоровими», направленої на формування у дітей молодшого шкільного віку основ здорового способу життя. Моніторинг результатів експериментальної перевірки впровадження програми свідчить про розвиток у дітей молодших класів інформаційних навичок, формування здоров'язбережувальних знань, гігієнічних навичок, навичок міжособистісного спілкування. Крім того, спостерігається покращення здоров'я дітей, на 25% зменшився рівень захворюваності та пропусків уроків через хворобу.*

*Перспективи подальших наукових досліджень ми вбачаємо у розробці інноваційних технологій та інтерактивних методів які можуть збільшити інтерес дітей до здорового способу життя.*

**Ключові слова:** здоров'я, здоровий спосіб життя, рухова активність, діти молодшого шкільного віку.

**Постановка проблеми.** Актуальність питання здорового способу життя (ЗСЖ) дітей молодшого шкільного віку зумовлена запитом суспільства. Адже одна з гостріших проблем українського суспільства визначається у суперечності між потребою держави у фізично, психічно та морально здоровому населенні та статистикою, яка показує, що фактичні показники здоров'я українців перебувають на низькому рівні.

Оскільки майбутнє країни залежить від здоров'я підростаючого покоління, то його формування та профілактику необхідно сприймати як соціальне замовлення суспільства.

Важливо формувати здоровий спосіб життя саме у молодшій школі, оскільки саме у дітей даної вікової категорії найбільш міцно закладається досвід оздоровлення, формуються основні знання, уміння та навички здорового способу життя.

Для забезпечення готовності молодших школярів до повноцінного життя та діяльності необхідна робота, спрямована на

формування потреб та мотивів, що сприяють оволодінню знаннями, вміннями та навичками, які дозволять дітям самостійно користуватися технологіями здорового способу життя.

**Аналіз актуальних досліджень.** Успішність навчання у школі визначається рівнем стану здоров'я, з яким дитина приходить у перший клас. Проте, результати наукових досліджень свідчать, що здоровими вважаються менше 25% першокласників, в інших є різні порушення стану здоров'я. На жаль, сьогодні кожен п'ятий учень має хронічну патологію. У половини учнів відзначаються функціональні відхилення. Серед наявних патологій найбільш розповсюджені: захворювання кістково-м'язової системи, захворювання органів зору, хвороби органів дихання. Зростання цих захворювань серед школярів має стрімку динаміку (Басюк, Іщик, Олійник, 2022; В'яла, Денисюк, 2020; Петренко, 2022).

Соціальні дослідження вказують на те, що поряд з екологічними та спадковими факторами, виникненню даних захворювань сприяє велика психоемоційна напруга, пов'язана з умовами життя та навчання, недостатня рухова активність та низка інших факторів. У зв'язку з зазначеним гостро постала проблема вжиття невідкладних заходів щодо профілактики відхилень у стані здоров'я дітей. На думку низки сучасних фахівців, вирішенням даної проблеми є організація оздоровчої роботи у початковій школі, спрямована на формування здорового способу життя (Алексюк, 2020; Носко, 2013; Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я).

Здоровий спосіб життя – це спосіб життя, заснований на принципах моральності, раціонально організований, активний, що захищає від несприятливих впливів навколишнього середовища, що дозволяє зберігати моральне, психічне та фізичне здоров'я (Смик).

**Мета статті:** експериментальна перевірка ефективності впровадження програми «Прагнемо бути здоровими» для дітей молодшого шкільного віку.

**Методи дослідження.** У дослідженні використовувалися наступні методи: теоретичні: аналіз, порівняння і узагальнення науково-методичної інформації та її систематизація відповідно до зазначеної проблеми; імперичні: педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу.** Дослідно-пошукова робота проводилась на базі ЗЗСО СМР №2 з групою 19 учнів 3 «В» класу і включала три етапа: констатувальний, формувальний, контрольний.

Завдання констатувального етапу – визначення знань, умінь і навичок ведення ЗСЖ дітей молодшого шкільного віку.

Проведено опитування з метою визначення ставлення дітей до цінності здоров'я та здорового способу життя.

У процесі опитування виявлено:

1. Знання дітей про будову тіла людини, про здоров'я та здоровий спосіб життя, усвідомлення цих знань.

2. Відношення дітей до свого здоров'я, здорового способу життя, бажання допомогати собі та іншим людям у його веденні.

3. Володіння навичками, прийомами здорового способу життя, сформованість звичок гігієнічної поведінки, готовність здійснювати самоконтроль і самооцінку досягнутих результатів.

4. Прагнення дітей до розширення власного кругозору у галузі здоров'я та ЗСЖ, зацікавленість новою інформацією до даної теми що отримується із ЗМІ, науково-популярної літератури для дітей, інтернету.

5. Прояв потреби у дотриманні санітарно-гігієнічних норм у повсякденному житті.

Моніторинг знань про ЗОЖ проводився січні 2023 року у 3 «В» класі за допомогою анкетування «Ставлення дітей до цінності здоров'я та здорового способу життя»

**Анкета для учнів 3–4 класів «Ставлення дітей до цінності здоров'я та здорового способу життя»**

Уважно прочитай та відповідай на запитання.

1. Уяви, що ти приїхав до літнього табору. Твій найкращий друг, який приїхав разом із тобою, залишив удома сумку з речами та просить тебе допомогти йому. Відзнач, якими з перерахованих предметів не варто ділитися навіть із найкращим другом: мило, зубна паста, мочалка, зубна щітка, шампунь, капці, рушник для тіла.

2. На дверях їдальні вивісили два варіанти розкладу їжі: один розклад правильний, другий не правильний. Визнач та відзнач правильний розклад.

а) Сніданок – 8:00

Обід – 13:00

Полудень – 16:00

Вечеря – 18:00

б) Сніданок – 9:00

Обід – 15:00 По

Полудень – 18:00

Вечеря –21:00

3. Оля, Віра та Таня не можуть вирішити, скільки разів на день потрібно чистити зуби. Відзнач ту відповідь, яка тобі здається правильною.

Оля – зуби чистять вранці та ввечері.

Таня – зуби треба чистити вранці, щоб дихання було свіже весь день. Віра – зуби потрібно чистити вечорами, щоб видалити всі залишки їжі, що скупчилися.

4. Ти призначений черговим і маєш простежити за тим, як твої друзі дотримуються правил гігієни. Відзнач, у яких випадках ти порадиш їм вимити руки.

Перед читанням книги, перед їжею, перед відвідуванням туалету, перед тим як підеш гуляти, після відвідування туалету, після гри у баскетбол, після того, як заправив ліжку, після того, як пограв із собакою, перед їжею.

5. Як часто ти порадиш своїм друзям приймати душ?

Щодня, 2–3 рази на тиждень, 1 раз на тиждень.

6. Твій товариш поранив палець. Що ти йому порадиш?

Покласти палець у рот

Підставити палець під кран із холодною водою

Обробити ранку йодом

Обробити шкіру навколо ранки йодом.

7. Які з перерахованих умов ти вважаєш найважливішими для щасливого життя? Вибери 4 із них.

Мати багато грошей

Мати цікавих друзів

Багато знати та вміти

Бути красивим та привабливим

Бути здоровим

Мати улюблену роботу

Бути самостійним

Жити у щасливій родині.

8. Які умови для збереження здоров'я ти вважаєш найважливішими? Вибери 4 із них.

Регулярно займатись спортом

Багато грошей, щоб добре харчуватися та відпочивати

Знання про те, як дбати про здоров'я

Дотримання режиму праці та відпочинку

Хороші природні умови

Можливість лікуватися у хорошого лікаря

Виконання правил ЗСЖ

9. Що з перерахованого є у розпорядку дня? Відзнач цифрами: «1» – щодня, «2» – кілька разів на тиждень, «3» – дуже рідко, «4» – ніколи.

Ранкова зарядка, пробіжка \_\_\_\_

Прогулянки на свіжому повітрі \_\_\_\_\_

Сніданок \_\_\_\_

Сон не менше 8 годин \_\_\_\_

Обід \_\_

Заняття спортом \_\_\_\_

Вечеря \_\_\_\_

Душ, ванна

10. Які заходи щодо охорони здоров'я проводяться у класі? «1» – проводяться цікаво, «2» – проводяться нецікаво, «3» – проводяться дуже рідко, «4» – не проводяться

Уроки здоров'я \_\_\_\_

Спортивні змагання \_\_\_\_

Класні години, розмови про те, як піклуватися про здоров'я \_\_\_\_

Вікторини, конкурси, ігри \_\_\_\_

Показ фільмів про те, як піклуватися про здоров'я

Свята на тему здоров'я

На підґрунті отриманих результатів нами виділено 3 рівня знань про ЗСЖ у респондентів.

65-77 балів – *високий рівень*: у дитини сформований високий рівень уявлень про цінність здоров'я та здорового способу життя; дитина відповідає на поставлені питання впевнено, чітко. Відповідь повна. Називає всі частини тіла та основні органи, намагається об'єднати їх у системи. Усвідомлює цінність здоров'я, має уявлення про системність ЗСЖ.

46-64 бали – *середній рівень* дитина відповідає на питання не впевнено. Відповідь неповна. Плує назви частин тіла та внутрішніх органів. У системи органи об'єднує лише за допомогою підказки чи навідного питання. Уявлення про ЗСЖ обмежене, неконкретне. Цінність здоров'я розуміє, але з зусиллям описує діє для профілактики захворювань.

21-45 балів – *низький рівень*: дитина називає окремі частини тіла, знання про назви внутрішніх органів фрагментарні. Здоров'я визначає як протилежний захворюванню стан. Не може пояснити, навести приклад піклування людини про своє здоров'я.

Результати анкетування та тестування представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

**Результати моніторингу знань про ЗСЖ (січень 2023)**

Рівень знань про ЗСЖ			Рівень знань про будову та функції організму людини		
	К-ть респондентів	%		К-ть респондентів	%
Високий	3	15.6	Високий	2	10.4
Середній	12	62.5	Середній	10	52
Низький	4	21.9	Низький	7	37.6

Результати анкетування показують що 15.6% у дітей сформований високий рівень знань про ЗСЖ; 62.5% – середній рівень уявлень про цінність здоров'я та ЗСЖ. Низький рівень у 21.9% дітей молодшого шкільного віку.

Результати тестування виявили у половини дітей задовільні знання про будову та функції організму людини, 10.4% показали високий і 37.6% низький рівень.

Отже, отримані результати вказують на необхідність виховання у дітей молодшого шкільного віку потреби у розвитку здоров'я, формування у них наукових уявлень про сутність ЗСЖ і будову організму людини шляхом використання різних форм і методів набуття цих знань.

Аналіз отриманих результатів показав що у більшості дітей не достатньо сформовані знання, вмінні та навички ведення ЗСЖ.

Формувальний етап дослідно-пошукової роботи включив у себе розробку та реалізацію програми «Прагнемо бути здоровими», направленої на формування у дітей молодшого шкільного віку основ ЗСЖ.

Навчальний курс «Прагнемо бути здоровими» спрямований на зміцнення здоров'я.

*Метою програми* є набуття знань і формування навичок здоров'язбереження на основі правил здорового способу життя.

*Завдання:*

1. Формувати навички безпечної гігієнічно вірної поведінки, уміння управляти своїм психічним здоров'ям.

2. Зміцнювати здоров'я дітей шляхом підвищення їх рухової та гігієнічної культури.

3. Розвивати у дітей самостійність, пізнавальні процеси, адекватну оцінну діяльність, спрямовану на аналіз власної поведінки та вчинків інших людей.

4. Виховання у дітей відповідальності за збереження та зміцнення свого здоров'я, любові до навколишнього середовища.

Актуалізацію уваги здійснено на вивченні різноманітних питань – від основних правил особистої гігієни до основ самовиховання. Розкрито зрозумілі дітям взаємозв'язки між здоров'ям дітей і навколишнім середовищем, їх поведінкою, почуттями та способом життя. Ідея зв'язків дозволяє створити цілісну уяву про здоров'я як цінність, значно посилюючи освітній та розвиваючий потенціал програми.

Заняття за програмою «Прагнемо бути здоровими» проводились у таких формах: бесіди, дискусії, рольові ігри, майстер-класи, ігрові тренінги, подорожі, свята, конкурси, тощо.

Результатом роботи за програмою даного курсу можна вважати набуття дітьми базових знань, уміння використовувати їх на практиці, розвиток здатності адаптуватися до нових ситуацій та приймати самостійні рішення щодо турботи про своє здоров'я. Оцінка рівня знань і вмінь, особистісних якостей, сформованих у результаті реалізації програми, визначалась шляхом тестування, анкетування, опитування, спостереження, тощо.

Під час програми діти *засвоїли*:

- основні умови та правила здорового життя;
- чинники, що зміцнюють і руйнують здоров'я, правила загартування організму;
- основні правила безпечної поведінки вдома, у школі, на вулиці;
- правила поведінки у небезпечних ситуаціях;
- правила екологічної поведінки у природі;
- значення рухової активності для зміцнення здоров'я;
- предмети приватного загального користування під час дотримання гігієнічних норм і правил;
- правила здорового харчування, культури харчування;
- заходи щодо профілактики та зміцнення постави;
- основи культури спілкування: вітання, подяка, вибачення, прощення.

*Навчилися*:

- дотримуватися режиму дня;
- виконувати правила особистої гігієни;

- виконувати зарядку для очей, вправи для профілактики порушення постави, дихальні вправи;
- дотримуватись правил безпечної поведінки на вулиці, вдома, у школі;
- дбайливо ставитися до навколишнього природного середовища;
- дотримуватись правил культурної поведінки під час спілкування з оточуючими людьми;
- адекватно оцінювати власні дії та коригувати свої дії.

На контрольному етапі науково-дослідної роботи визначено ефективність розробленої програми. Для вирішення даного завдання було проведено бесіди, дискусії, сюжетно-рольові ігри, практикуми, ігрові тренінги, свята, конкурси та ін. Результати тестування представлено у таблиці 2.

Таблиця 2

**Результати моніторингу знань про ЗСЖ (грудень 2023)**

Рівень знань про ЗСЖ			Рівень знань про будову та функції організму людини		
	К-ть респондентів	%		К-ть респондентів	%
Високий	5	26.0	Високий	7	37.6
Середній	12	63.6	Середній	10	52
Низький	2	10.4	Низький	2	10.4

Результати анкетування показали що у 26% дітей сформований високий і 63.6% середній рівень уявлень про цінність здоров'я та ЗСЖ. Низький рівень показали 10.4% дітей молодшого шкільного віку.

Результати тестування показали, що половина дітей має задовільні знання про будову і функції організму людини, 37,6% дітей показали високий рівень і 10,4% – низький рівень.

За результатами медичного обстеження виявлено нестабільність присутності дітей в одній медичній групі здоров'я у динаміці за 2023 календарний рік: знизився відсоток дітей підготовчої медичної групи, підвищився відсоток основної медичної групи дітей. Кількість учнів основної групи збільшилась на 3 особи. Розподіл учнів 3 «В» класу за медичними групами представлено на рис 1.



Рис. 1. Розподіл учнів 3 «В» класу за медичними групами

З метою підвищення якості здоров'язбережувальної діяльності забезпечувалась система комплексної педагогічної та соціальної допомоги з шкільними проблемами що виникали у дітей; соціально-педагогічний супровід дітей здійснювали соціальний педагог, педагог-психолог. Проводилась робота з контролю за станом фізичного та психічного здоров'я учнів. За допомогою анкетування встановлено, що більшість дітей успішно справляються з навчальним навантаженням, але в той же час, близько 35% учнів наприкінці чверті мають знижений рівень уваги та працездатності, що свідчить про деяку втому. Також виявлено сім'ї підвищеного ризику, де дитина велику кількість часу залишалася одна, її дозвілля не планувалося.

Всі виявлені проблеми були обговорені з класним керівником, було надано рекомендації на батьківських зборах, запрошено медичних працівників для інформування батьків та дітей щодо формування здорового способу життя та зміцнення здоров'я.

Проведено значна робота з пропаганди здорового способу життя, формування мотивації до здорового способу життя, формування практичних навичок щодо збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Протягом року відбулися такі заходи:

- *Класні години*: «Режим для школяра», «Надзвичайні ситуації», «Будь здоровим! За здоровий спосіб життя», «Профілактика травматизму», «Поведінка в їдальні», «Чому ми хворіємо», «Культура поведінки у громадських місцях», «Про дружбу дівчат і хлопців»;

«Права та обов'язки членів сім'ї», «Абетка поведінки або діалогу про виховання» та ін.;

- *Диспути, дискусії: «Десять заповідей», «Емоційна культура», «Небезпечні та безпечні ситуації», «Я маю права, я повинен...» тощо;*
- *Конкурси малюнків, робіт, буклетів;*
- *Виступи волонтерського загону «Добре Серце» – «Ми за здоровий спосіб життя!»;*
- *Бесіди з медичними працівниками: «Культура харчування», «Профілактика захворювань», «Небезпечні та безпечні умови», тощо.*
- *Перегляд відеофільмів, мультфільмів, презентацій;*
- *Дні здоров'я;*
- *Тематичні заходи.*

Протягом року учні 3 «В» класу із задоволенням займалися спортом та брали участь у змаганнях, 95% учнів від загальної кількості дітей класу брали участь у змаганнях різного рівня.

Значна робота була проведена з організації гарячого харчування. Це спільна інформаційна робота для керівництва школи, класного керівника та батьків. 100% учнів харчувалися у шкільній їдальні за програмою Євгена Клопотенка.

Отже, спостерігається позитивна динаміка у питанні збереження та зміцнення здоров'я учнів.

**Висновки та перспективи подальших наукових досліджень.** Сучасна тенденція формування здоров'я дітей молодшого шкільного віку стимулює пошук нових шляхів збереження та зміцнення здоров'я, що є основним завданням початкової шкільної освіти. Важливе місце при цьому займає формування у дітей навичок здорового способу життя.

Моніторинг результатів науково-дослідної роботи вказує на те, що впровадження програми «Прагнемо бути здоровими» для учнів 3 класу сприяло розвитку інформаційних навичок, формуванню у дітей здоров'язбережувальних знань, гігієнічних навичок, навичок міжособистісного спілкування. Крім того, спостерігається покращення здоров'я дітей, на 25% зменшився рівень захворюваності та пропусків уроків через хворобу.

Перспективи подальших наукових досліджень ми вбачаємо у позробці інноваційних технологій та інтерактивних методів які можуть збільшити інтерес дітей до здорового способу життя. Розробка мобільних додатків, ігор та онлайн-ресурсів може зробити процес формування здорових звичок більш захопливим та ефективним.

Вважаємо, що важливим є дослідження впливу соціального середовища: родини, ровесників, шкільного середовища та культурних факторів на формування здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку.

### ЛІТЕРАТУРА

- Алексюк, О. (2020). Особливості роботи вчителя початкової школи із здоров'язбереження учнів. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія*, 37, Ч. 2, 116–120. (Aleksyuk, O. (2020). *Peculiarities of the primary school teacher's work on student health care. Problems of modern pedagogical education. Ser.: Pedagogy and psychology*, 37, Part 2, 116–120).
- Басюк, А., Іщик, А., Олійник, Н. (2022). *Технології здоров'язбереження у практиці навчання у початковій школі*: зб. матеріалів «The 7th International scientific and practical conference «International scientific innovations in human life» (January 19–21, 2022). Cognum Publishing House, Manchester, сс. 360–367. (Bfsyuk, A., Ischuk, A., Oliynyk, N. (2022) *Health care technologies in the practice of education in primary school*. Coll. materials of "The 7th International scientific and practical conference "International scientific innovations in human life" (January 19–21, 2022). Cognum Publishing House, Manchester, pp. 360–367).
- В'яла, А., Денисюк, О. (2020). Формування здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку в закладах загальної середньої освіти. *Молодий вчений*, 11 (87), 375-378. (Vyala, A, Denysiuk, O. (2020). Formation of a healthy lifestyle for children of primary school age in institutions of general secondary education. *Young scientist*, 11 (87), 375–378).
- Носко, М. (2013). *Формування здорового способу життя*: навчальний посібник. К.: «МП Леся». (Nosko, M. (2013). *Formation of a healthy lifestyle: a study guide*. К.: "MP Lesya").
- Петренко, Ю. (2022). Здоровий спосіб життя молодших школярів в освітньому середовищі НУШ як педагогічна проблема. *Інновації в початковій освіті: досвід, виклики сьогодення, перспективи*: матеріали І наук.-практ. інтернет-конф. здобувачів другого (магістер.) рівня вищ. освіти першого року навчання ф-ту початк. навчання (Харків, 17 трав. 2022 р.). Харків, с. 16. (Petrenko, Yu. (2022). Healthy lifestyle of junior high school students in the educational environment of NUS as a pedagogical problem. *Innovations in primary education: experience, current challenges, prospects: materials I science-practice*. Internet Conf. graduates of the second (master's) level of universities. education of the first year of study of the Ph. training (Kharkiv, May 17 2022). Kharkiv, p. 16).
- Смик, О. К. *Формування здорового способу життя молодших школярів засобами ігрової діяльності*. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/embed/01009b11-21e7.docx.html> (Smyk, O. K. *Formation of a healthy lifestyle of younger schoolchildren by means of game activities*. Retrieved from: <https://vseosvita.ua/library/embed/01009b11-21e7.docx.html>).

Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я. Режим доступу: [http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/995\\_599](http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/995_599) (*Charter of the World Health Organization*. Retrieved from: [http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/995\\_599](http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/995_599))

Шукатка, О. В., Олійник, Н. А. (2023). Формування здорового способу життя молодших школярів. *Гуманітарний форум*, 1(1), 35–39. (Shykatka, O. V., Oliynik, N. A. (2023). Formation of a healthy lifestyle of younger schoolchildren. *Humanitarian Forum*, 1(1), 35–39. Режим доступу: <https://humanitarian.com.ua/index.php/human/article/view/8> Retrieved from: <https://humanitarian.com.ua/index.php/human/article/view/8>).

## SUMMARY

**Pinchuk Alena, Skachedub Natalia.** Implementation of the program "Strive to be healthy" for primary school children.

*The relevance of the issue of a healthy lifestyle for primary school children is driven by societal demands for physically, mentally, and morally healthy upcoming generations. It is important to form a healthy lifestyle in primary school children because it is during this age that experiences in health improvement are most firmly established, and the basic knowledge, skills, and habits of a healthy lifestyle are formed.*

*The purpose of the article is to experimentally verify the effectiveness of implementing the "Strive to be healthy" program for primary school children. The following research methods were used: theoretical-analysis, comparison, and generalization of scientific-methodical information and its systematization according to the specified problem; empirical-pedagogical experiment; methods of mathematical statistics.*

*The study clarified the essence of the category "healthy lifestyle".*

*The research and development work included the development and implementation of the "Strive to be healthy" program aimed at forming the basics of a healthy lifestyle in primary school children. Monitoring of knowledge about a healthy lifestyle was conducted through a questionnaire "Children's Attitudes towards the Value of Health and a Healthy Lifestyle". The monitoring results indicate that the implementation of the "Strive to be healthy" program for primary school children contributed to the development of information skills, the formation of health-preserving knowledge, hygiene skills, and interpersonal communication skills. Additionally, there was an improvement in children's health, with a 25% decrease in the incidence rate and absences from lessons due to illness.*

*The prospects for further research are seen in the development of innovative technologies and interactive methods that can increase children's interest in a healthy lifestyle. The development of mobile applications, games, and online resources can make the process of forming healthy habits more engaging and effective. We believe that studying the influence of the social environment: family, peers, school environment, and cultural factors on the formation of a healthy lifestyle in primary school children is important.*

**Key words:** health, healthy lifestyle, physical activity, primary school children.