



” Бойченко А. Здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища. *Освіта. Інноватика. Практика*, 2025. Том 13, № 6. С. 7-11. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i6-001>.

Boichenko A. Zdorov'язberezhenia zdobuvachiv vyshchoi osvity v umovakh suchasnoho osvitnoho seredovishcha [The health savings of higher education students in the modern educational environment]. *Osvita. Innovatyka. Praktyka – Education. Innovation. Practice*, 2025. Vol. 13, No 6. S. 7-11. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol13i6-001>.

УДК 378.018"364":613-057.875(045)
DOI: 10.31110/2616-650X-vol13i6-001

Артем БОЙЧЕНКО

Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-3143-7008>
bojcenkgoa@gmail.com

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

Анотація. Стаття присвячена вивченню питання здоров'язбереження здобувачів вищої освіти у контексті сучасного освітнього середовища, з урахуванням впливу цифрових технологій, психоемоційного навантаження та особливостей організації освітнього процесу в умовах воєнного стану. Метою статті є авторська розробка ефективних стратегій підвищення рівня фізичного, психологічного та соціального благополуччя в умовах сучасного освітнього середовища. На основі аналізу науково-педагогічної літератури з проблематики дослідження виокремлено позитивні та негативні впливи ключових факторів на здоров'я здобувачів вищої освіти, таких як фізична активність, харчування, сон, використання гаджетів, психоемоційний стан. Надано порівняльний аналіз впливу різних факторів на здоров'я здобувачів вищої освіти. Автор наголошує на важливості розробки та впровадження програм здоров'язбереження у закладах вищої освіти, які передбачають регулярні фізичні вправи, здорове харчування, психологічну підтримку, цифрову детоксикацію, гнучкий розклад занять. У межах реалізації програм надано методичні рекомендації адміністрації закладу освіти та науково-педагогічним працівникам щодо підтримки здоров'язбереження в умовах сучасного освітнього середовища, зумовленим воєнним станом. Рекомендації стосуються організації здоров'язбережувального освітнього середовища, підтримки фізичного здоров'я здобувачів освіти, підтримки психоемоційного благополуччя здобувачів вищої освіти, соціальної підтримки а адаптації. Результати дослідження можуть бути використані під час планування та організації освітнього середовища у закладах вищої освіти для оптимізації процесу підтримки здоров'язбереження здобувачів вищої освіти. Перспективними подальших досліджень визначено необхідність створення проекту, спрямованого на підтримку здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища.

Ключові слова: здоров'язбереження; здоров'язбережувальні технології; здобувачі вищої освіти; заклад вищої освіти; освітнє середовище; методичні рекомендації; здоров'я.

Artem BOICHENKO

Municipal establishment «Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy»
of the Kharkiv Regional Council, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-3143-7008>
bojcenkgoa@gmail.com

THE HEALTH SAVINGS OF HIGHER EDUCATION STUDENTS IN THE MODERN EDUCATIONAL ENVIRONMENT

Abstract. The article is devoted to the study of the issue of health saving of higher education students in the context of the modern educational environment, given the impact of digital technologies, psycho-emotional stress, and the peculiarities of organising the educational process under martial law. The purpose of the article is to develop effective strategies for improving the level of physical, psychological, and social well-being in the modern educational environment. Based on the analysis of the scientific and pedagogical literature on the research topic, the positive and negative effects of key factors on the health of higher education students, such as physical activity, nutrition, sleep, use of gadgets, and psycho-emotional state, are highlighted. A comparative analysis of the impact of various factors on the health of higher education students is provided. The author emphasises the importance of developing and implementing health promotion programmes in higher education institutions, which include regular exercise, healthy eating, psychological support, digital detoxification, and flexible class schedules. As part of the programmes, methodological recommendations were provided to the administration of the educational institution and research and teaching staff on how to support health promotion in the current educational environment caused by martial law. The recommendations relate to the organisation of a health-preserving educational environment, support for the physical health of students, support for the psycho-emotional well-being of higher education students, social support, and adaptation. The results of the study can be used in the planning and organisation of the educational environment in higher education institutions to optimise the process of supporting the health of higher education students. Promising areas for further research include the need to create a project aimed at supporting the health of higher education students in the modern educational environment.

Keywords: health saving; health saving technologies; higher education students; higher education institution; educational environment; methodological recommendations; health.

Постановка проблеми. Сучасне суспільство характеризується високою динамікою розвитку, що знаходить відображення і в освітньому процесі. Здобувачі вищої освіти змушені адаптуватися до швидких змін, що відбуваються у сфері науки, технологій та комунікації. Водночас надмірне

використання цифрових пристроїв, зниження рівня фізичної активності, недостатній контроль за харчуванням та сном призводять до погіршення загального стану їх здоров'я.

Серед основних проблем, що потребують вирішення, можна виокремити такі, як: фізичне виснаження через недостатній рівень рухової активності, неправильний режим дня та відсутність належного харчування; психоемоційне перенавантаження, викликане високими освітніми вимогами, стресовими ситуаціями й соціальною адаптацією; цифрова залежність, що спричиняє погіршення зору, розлади сну та зниження концентрації уваги; відсутність здоров'язбережувальних технологій у структурі освітнього процесу, що гальмує формуванню здорових звичок у здобувачів освіти тощо.

Ураховуючи все вищезазначене, актуальною стає проблема дослідження здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища.

Аналіз досліджень і публікацій. Проблема здоров'язбереження здобувачів освіти активно досліджується у вітчизняних і зарубіжних наукових джерелах.

Учені С. Криворучко та О. Самохін [4] вивчали питання впливу рухової активності на стан здоров'я та якість життя здобувачів вищої освіти. Науковці В. Базильчук, Ю. Журавльов й О. Ремешевський [2] аналізували досвід розвитку рухової активності студентства в освітніх середовищах закладів вищої освіти Нідерландів. Питання значення рухової активності для здоров'я людини загалом розкривав В. Мовчан [5]. Потребу в створенні здоров'язбережувального освітнього середовища у закладах вищої освіти детально аналізувала О. Кабацька, Л. Шуба й В. Шуба [3]. Сучасні науковці присвячують свої дослідження вивченню здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти. Так, Т. Бакуменко, М. Жулід та Х. Шапаренко [7] зосередились на вивченні специфіки її формування у майбутніх педагогах. Учені В. Ворона й В. Ткаченко [1] присвятили своє дослідження формуванню здоров'язбережувальної компетентності як складника професійної підготовки майбутніх фахівців. Особливості формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання розкрили В. Єфременко та З. Сироватко [6].

Отже, існує достатня база наукових досліджень, що підтверджує важливість комплексного підходу до здоров'язбереження здобувачів освіти, що становлять підґрунтя для подальшого визначення ключових аспектів здоров'язбереження здобувачів вищої освіти саме в умовах сучасного освітнього середовища.

Мета статті – аналіз проблем здоров'язбереження серед студентської молоді та розробка ефективних стратегій підвищення рівня фізичного, психологічного та соціального благополуччя в умовах сучасного освітнього середовища.

Методами дослідження є аналіз науково-педагогічної літератури з проблеми дослідження, порівняний аналіз факторів, що впливають на здоров'я здобувачів освіти, узагальнення та систематизація результатів дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Здоров'я є найважливішою цінністю людини, що визначає її якість життя, працездатність, соціальну активність. В умовах сучасної освіти особливої уваги набуває питання збереження здоров'я здобувачів освіти, адже освітній процес супроводжується значними фізичними й психоемоційними навантаженнями.

Влучно зауважили Т. Бакуменко, М. Жулід та Х. Шапаренко, що формування та збереження професійного здоров'я варто розуміти «як здатність організму зберігати та активізувати компенсаторні, захисні, регуляційні механізми, що забезпечують працездатність, ефективність і розвиток особистості» фахівця у процесі професійної підготовки й майбутньої діяльності [7, с. 8].

Здоров'язбереження здобувачів освіти є комплексним процесом, що охоплює фізичне, психоемоційне та соціальне благополуччя. Для кращого розуміння основних проблем і шляхів їх вирішення наведемо таблицю порівняння впливу різних факторів на здоров'я здобувачів вищої освіти:

Таблиця 1

Порівняльний аналіз впливу різних факторів на здоров'я здобувачів вищої освіти

Фактор	Позитивний вплив	Негативний вплив
Фізична активність	Покращує витривалість, зміцнює імунітет	Недостатня активність призводить до ожиріння, серцево-судинних захворювань
Харчування	Забезпечує організм необхідними нутрієнтами	Нерегулярне та незбалансоване харчування викликає порушення обміну речовин
Сон	Відновлює енергетичний баланс, покращує когнітивні здібності	Недостатній сон спричиняє втому, дратівливість, зниження продуктивності
Використання гаджетів	Полегшує доступ до інформації, підвищує ефективність навчання	Надмірне використання призводить до цифрової залежності, проблем із зором і поставою
Психоемоційний стан	Формує мотивацію, сприяє соціальній адаптації	Стрес та психологічне навантаження можуть спричинити депресію та зниження академічної успішності

Здоров'язбережувальний складник професійної підготовки майбутніх фахівців, на думку В. Вороної та В. Ткаченка, «характеризується здатністю учасників освітнього процесу до творчого використання інноваційних принципів, методів, технологій, засобів пов'язаних зі здоров'язбереженням для ефективного їх використання у ході розв'язання різних особистісних, суспільно-соціальних питань, а для цього заклад потребує відповідного матеріально-технічного оснащення» [1, с. 85].

Важливим напрямом покращення здоров'я здобувачів вищої освіти є розробка та впровадження цілісних програм здоров'язбереження, що включають:

- регулярні фізичні вправи, які передбачають обов'язкове заняття спортом;
- здорове харчування, з акцентом на доступність корисної їжі у студентських їдальнях;
- психологічну підтримку, зокрема тренінги зі стресостійкості та медитації;
- цифрову детоксикацію, яка спрямована на обмеження за часом використання гаджетів перед сном;
- гнучкий розклад занять, що дозволяє здобувачі освіти уникати перевантаження та підтримувати баланс між навчанням і відпочинком.

Розкриємо детальніше кожен із пунктів програми.

Насамперед, особливу роль відіграють *регулярні фізичні вправи*, які є основою підтримки загального стану здоров'я. У зв'язку з військовими обмеженнями доступ до спортивних майданчиків і спортивних секцій може бути ускладненим, тому необхідно забезпечити для здобувачів освіти можливість виконувати комплекс вправ навіть у приміщеннях. Це можуть бути заняття з фітнесу, йоги, руханки, а також спеціальні вправи для підтримки м'язового тону, які можна виконувати без спеціального обладнання. Заклади вищої освіти повинні сприяти формуванню культури здорового способу життя, заохочуючи здобувачів освіти до фізичної активності.

Здорове харчування є наступним критично важливим елементом. В умовах війни багато здобувачів освіти можуть мати обмежений доступ до якісної їжі, що спричиняє дефіцит важливих вітамінів і мінералів. Важливим завданням є забезпечення доступності збалансованого харчування в студентських їдальнях, організація пільгових програм або надання гуманітарної допомоги тим, хто цього потребує. Варто також проводити освітні лекції та тренінги щодо раціонального харчування в умовах обмежених ресурсів.

Не менш вагомим аспектом є *психологічна підтримка* здобувачів освіти, оскільки постійний стрес і тривога можуть значно погіршувати психоемоційний стан. Заклади вищої освіти повинні створювати психологічні консультаційні центри, де здобувачі освітніх послуг зможуть отримати допомогу спеціалістів. Також ефективними є групові заняття зі стресостійкості, психологічні тренінги, опанування техніки релаксації та медитації, що допомагають долати емоційне напруження. Військовий стан вимагає додаткової уваги до цієї сфери, оскільки багато здобувачів освіти переживають втрату рідних, вимушене переселення або інші травматичні події.

Необхідно звернути увагу й на *цифрову детоксикацію*, оскільки сучасна молодь значну частину часу проводить за екранами гаджетів. Надмірне використання смартфонів, планшетів і комп'ютерів призводить до зниження концентрації уваги, проблем із зором та сном. Особливо важливо обмежити використання гаджетів увечері, оскільки синє світло екранів впливає на вироблення мелатоніну, що порушує циркадні ритми організму. Рекомендується впроваджувати правила здорового використання цифрових технологій, такі як відключення пристроїв за годину до сну, встановлення додатків для відстеження часу екрану та проведення освітніх заходів про негативні наслідки цифрової залежності.

Гнучкий розклад занять також сприяє здоров'язбереженню, адже дозволяє здобувачам освіти уникати перевантаження та підтримувати баланс між навчанням і відпочинком. В умовах воєнного стану це питання стає особливо актуальним, адже багато здобувачів освіти змушені поєднувати навчання з волонтерською діяльністю або навіть роботою. Гнучкий підхід до складання розкладу допомагає враховувати індивідуальні обставини кожного здобувача освітніх послуг.

Для реалізації окреслених напрямів було розроблено методичні рекомендації для адміністрації закладу та науково-педагогічних працівників щодо підтримки здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища, урахування воєнного стану.

1. Організація здоров'язбережувального освітнього середовища.

1.1. Формування сприятливого психологічного клімату через забезпечення моральної підтримки здобувачів освіти, які постраждали від воєнних дій або втратили рідних; організація груп взаємопідтримки та психологічних тренінгів для здобувачів освіти і науково-педагогічних працівників; дотримання механізмів конфіденційного звернення до психолога.

1.2. Гнучкість у освітньому процесі через використання змішаних та дистанційних форм навчання для здобувачів освіти, які перебувають у зонах бойових дій або на тимчасово окупованих територіях; запровадження індивідуальних графіків навчання для здобувачів освіти, які проходять військову службу або займаються волонтерською діяльністю; надання академічної підтримки та

спрощення процедур перездач для здобувачів освітніх послуг, які перебувають у складних життєвих обставинах.

1.3. Безпекові заходи у закладі освіти через облаштування укриттів у навчальних корпусах і розробка чітких інструкцій щодо дій під час повітряної тривоги; проведення тренувань з евакуації та надання першої допомоги; забезпечення доступу до актуальної інформації щодо безпекової ситуації.

2. Підтримка фізичного здоров'я здобувачів освіти.

2.1. Мотивація до здорового способу життя в умовах воєнного стану через організацію фізичних активностей, адаптованих до умов укриттів (наприклад, йога, дихальні практики); надання консультацій щодо харчування в умовах обмежених ресурсів.

2.2. Медична підтримка й профілактика захворювань через організацію доступу до медичних консультацій та вакцинацій; проведення інформаційних заходів щодо запобігання захворюванням у складних умовах (гігієна, правильне харчування, перша допомога).

3. Підтримка психоемоційного благополуччя здобувачів вищої освіти.

3.1. Робота психологічної служби з метою запровадження кризового психологічного консультування; надання спеціалізованої допомоги здобувачам освіти, які пережили травматичні події; організація тренінгів із адаптації до стресових ситуацій.

3.2. Запобігання емоційному вигоранню через запровадження практик психоемоційного розвантаження (арт-терапія, медитація, групові заняття з психоемоційної стійкості); створення платформ для відкритого спілкування та взаємопідтримки серед здобувачів освіти.

4. Соціальна підтримка та адаптація.

4.1. Підтримка здобувачів освіти, які є військовослужбовцями або волонтерами через надання академічних відпусток без втрати місця навчання; гнучкість в освітньому процесі для військових і мобілізованих здобувачів вищої освіти; організація стипендіальних програм для здобувачів освіти, які постраждали від війни.

4.2. Соціальна згуртованість і волонтерська діяльність через створення студентських ініціатив для допомоги ЗСУ та постраждалим від війни; підтримка освітніх проєктів для внутрішньо переміщених осіб; організація заходів із патріотичного виховання та психологічної підтримки.

Отже, представлені методичні рекомендації дозволять підвищити ефективність здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища. Окрім того, варто зауважити, що здоров'язбережувальна спрямованість освітнього процесу має на меті забезпечити необхідні умови для активного залучення всіх учасників освітнього процесу до формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я «для найбільш повного оволодіння знаннями, професією, оптимізації соціальної та особистої життя» [7, с. 12].

Висновки. У результаті проведеного дослідження встановлено, що забезпечення ефективного здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища потребує цілісного, міждисциплінарного та адаптивного підходу. Аналіз факторів, що впливають на фізичний, психоемоційний та соціальний стан студентської молоді, підтвердив тісний взаємозв'язок між умовами організації освітнього процесу та рівнем здоров'я здобувачів освіти.

Обґрунтовано доцільність впровадження в освітню практику закладів вищої освіти програм, орієнтованих на підтримку фізичної активності, здорового харчування, цифрової гігієни, психологічної підтримки та соціального супроводу здобувачів. Зазначені напрями мають бути реалізовані на рівні стратегічного планування діяльності ЗВО та відповідати вимогам адаптивного освітнього менеджменту в умовах воєнного стану.

Розроблені методичні рекомендації становлять практичну цінність для адміністрацій ЗВО та науково-педагогічних працівників у розбудові здоров'язбережувального освітнього середовища. Особливої ваги набуває інституційна відповідальність за створення безпечних, підтримувальних і гнучких умов для навчання, розвитку та соціальної інтеграції здобувачів освіти.

Перспективними подальших досліджень є розробка проєкту, спрямованого на підтримку здоров'язбереження здобувачів вищої освіти в умовах сучасного освітнього середовища.

Список використаних джерел

1. Ворона В., Ткаченко В. Формування здоров'язбережувальної компетентності як важливий складник професійної підготовки майбутніх фахівців у ЗВО. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Сер. Педагогічні науки*. 2024. Вип. 1. С. 81-89. URL: <https://new.ejournal.cdu.edu.ua/pedagogics/article/view/9>.
2. Базильчук В., Журавльов Ю., Ремешевський О. Досвід розвитку рухової активності студентів в освітніх середовищах закладів вищої освіти Нідерландів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2022. Вип. 11К (156). С. 6-11. URL: <https://spppc.com.ua/downloads/11k-156-2022.pdf>.
3. Кабацька О. В., Шуба Л. В., Шуба В. В. Здоров'язбережувальне освітнє середовище у закладі вищої освіти. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2020. Вип. 5(125). С. 85-89. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5\(125\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5(125).15).

4. Криворучко С.М., Самохін О.О. Вплив рухової активності на стан здоров'я та якість життя здобувачів вищої освіти. *Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова*. 2022. Вип. 11 (157). С. 90-95. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/download/983/962>.
5. Мовчан В.П. Значення рухової активності для здоров'я людини. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2022. Вип 11К (156). С. 46–49. URL: <https://spppc.com.ua/downloads/11k-156-2022.pdf>.
6. Сирватко З., Єфременко В. Особливості формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Сер. 15. 2024. Вип. 3К(176). С. 422-425. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/1800>.
7. Шапаренко Х., Бакуменко Т., Жулід М. Специфіка формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої педагогічної освіти. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. Вип. 11. 15 с. URL: <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/423>.

References

1. Vorona, V., & Tkachenko, V. (2024). Formuvannya zdoroviazberezhuvальної kompetentnosti yak vazhlyvyi skladnyk profesiinoї pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv u ZVO [Formation of health-saving competence as an important component of professional training of future specialists in health care]. *Visnyk Cherkaskoho natsionalnoho universytetu imeni Bohdana Khmelnytskoho – Bulletin of the Cherkasy Bohdan Khmelnytsky National University*. 1, 81-89. Retrieved from <https://new.ejournal.cdu.edu.ua/pedagogics/article/view/9> [in Ukrainian].
2. Bazylchuk, V., Zhuravlov, Yu., & Remeshevskiy, O. (2022). Dosvid rozvytku rukhovoi aktyvnosti studentiv v osvitynikh seredovyshchakh zakladiv vyshchoї osvity Niderlandiv [Experience of the development of students' motive activity in educational environments in institutions of higher education in the Netherlands]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova – Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University*. 11K (156), 6-11. Retrieved from <https://spppc.com.ua/downloads/11k-156-2022.pdf> [in Ukrainian].
3. Kabatska, O. V., Shuba, L. V., & Shuba, V. V. (2020). Zdoroviazberezhuvальne osvitynie seredovyshche u zakladi vyshchoї osvity [The health saving educational environment at the institutional higher educational]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova – Scientific Journal of the Dragomanov Ukrainian State University*. 5(125), 85-89. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5\(125\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.5(125).15) [in Ukrainian].
4. Kryvoruchko, S.M., & Samokhin, O.O. (2022). Vplyv rukhovoi aktyvnosti na stan zdorovia ta yakist zhyttia zdobuvachiv vyshchoї osvity [The physical activity as a means of improving the state of health and quality of life of the applicants for higher education]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P.Drahomanova – Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University*. 11 (157), 90-95. Retrieved from <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/download/983/962> [in Ukrainian].
5. Movchan, V.P. (2022). Znachennia rukhovoi aktyvnosti dlia zdorovia liudyny [The importance of motor activity for human health]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova – Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University*. 11K (156), 46–49. Retrieved from <https://spppc.com.ua/downloads/11k-156-2022.pdf> [in Ukrainian].
6. Syrovatko, Z., & Yefremenko, V. (2024). Osoblyvosti formuvannya zdoroviazberezhuvальної kompetentnosti zdobuvachiv vyshchoї osvity u protsesi fizychnoho vykhovannya [Features of the formation of healthcare competence of higher education acquires]. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnogo universytetu imeni Mykhaila Drahomanova – Scientific Journal of the Dragomanov Ukrainian State University*. 3K(176), 422-425. Retrieved from <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/1800> [in Ukrainian].
7. Shaparenko, Kh., Bakumenko, T., & Zhulid, M. (2024). Spetsyfika formuvannya zdoroviazberezhuvальної kompetentnosti zdobuvachiv vyshchoї pedahohichnoї osvity [The specifics of the formation of health-preserving competence of students of higher pedagogical education]. *Pedahohichna Akademiia: naukovy zapysky – Pedagogical Academy: Scientific Notes*. 11, 15. Retrieved from <https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/view/423> [in Ukrainian].

| Матеріал надійшов до редакції: 22.04.2025 р. | Прийнято до друку: 15.05.2025 р. | Опубліковано: 30.06.2025 р. |

