

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка

Мехед Ольга – доктор педагогічних наук,
професор, завідувач кафедри біології
Національного університету «Чернігівський
колегіум» імені Т. Г. Шевченка

СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ЗА ДОПОМОГОЮ ЦИФРОВИХ ЗАСОБІВ

Зростання навантаження, вплив цифрового середовища та потреба в адаптивності освітнього процесу вимагають нових підходів [1]. Саме цифрові технології відкривають перед педагогами унікальні можливості для створення комфортного й безпечного середовища [5]. Йдеться не лише про навчання, а й про турботу про поставу, зір, емоційний стан, фізичну активність і відчуття підтримки. Особливо актуальними ці інструменти є в умовах дистанційного чи змішаного навчання [4]. Учитель сьогодні – це не просто транслятор знань, а навігатор у світі здорових освітніх практик. Важливо інтегрувати цифрові засоби грамотно й цілеспрямовано, враховуючи вік, потреби та особливості учнів [3]. Таким чином, цифрове здоров'язбереження стає частиною педагогічної компетентності XXI століття. Метою дослідження було розглянути способи створення здоров'язбережувального середовища в освіті за допомогою сучасних цифрових технологій та окреслити роль педагога в їх ефективному застосуванні.

Цифрові інструменти допомагають підтримувати фізичне здоров'я учнів завдяки застосункам для контролю постави, наприклад Posture Reminder чи Straighten Up. Вони сповіщають про неправильну позу, сприяючи формуванню навички самоспостереження. Фітнес-трекери також нагадують про необхідність змінити положення або пройтись. Таймери, як-от Pomodoro чи Stretchly, дозволяють організувати активні перерви, знижуючи втому. Відеоплатформи на зразок Cosmic Kids Yoga або GoNoodle роблять зарядку веселою та інтерактивною. Педагоги можуть використовувати ці ресурси під час уроків, урізноманітнюючи звичайний ритм навчання [6]. У сфері психічного здоров'я важливе місце займають додатки Headspace, Calm, Smiling Mind. Вони допомагають учням впоратися зі стресом через короткі медитації або

релаксаційні ігри. Планувальні інструменти типу Trello, Google Calendar, Habitica формують у дітей навички тайм-менеджменту. Педагог, який навчає працювати з цими інструментами, сприяє зниженню перевантаження й тривожності [2]. Не менш важливим є емоційний контакт: чати підтримки або Google Forms для анонімного висловлення почуттів допомагають виявити проблеми. Платформи ClassDojo чи MoodMeter дозволяють щоденно відслідковувати емоційний стан класу. Важливо також дбати про кібербезпеку, адже доступ до небезпечного контенту може нашкодити психіці дитини. Інструменти як Net Nanny або Qustodio забезпечують безпечне цифрове середовище. Крім того, цифрові платформи на зразок Kahoot чи Duolingo роблять навчання менш стресовим і більш адаптивним. А допоміжні технології для дітей з ООП – Voice Dream Reader, Proloquo2Go – відкривають шлях до інклюзивності. Таким чином цифрові засоби відіграють ключову роль у створенні здоров'язбережувального освітнього середовища. Вони допомагають контролювати фізичний та емоційний стан учнів, запобігаючи перевантаженню. Учитель стає провідником у світі цифрових рішень, адаптуючи їх до потреб класу. Важливо підтримувати баланс між технологіями та живим спілкуванням. Постійне оновлення знань педагога про нові інструменти – запорука успіху. Лише так можна забезпечити безпечний, комфортний і результативний навчальний процес.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Ватковська М. Г. Формування інформаційної системи управління освітою як етап модернізації інформаційного забезпечення державного управління у галузі освіти України. Актуальні проблеми державного управління. 2015. № 1. С. 124–131.
2. Мехед Д. Б., Мехед О. Б. Оцінювання навчальних досягнень студентів в умовах дистанційної освіти. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів : ЧНПУ імені Т. Г. Шевченка, 2014. Вип. 120. С. 83 – 86.
3. Носко М. О., Дейкун М. П., Мехед О. Б. Роль сучасних технологій у формуванні професійних компетенцій майбутніх фахівців в галузі охорони здоров'я. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка*. Вип. 26 (182). Чернігів : НУЧК, 2024. С. 113–117

4. Третяк О. П., Мехед О. Б., Тюпіна Н. В. Організація самостійної роботи студентів за допомогою хмарної технології збереження інформації (хмара Google). *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. Київ–Вінниця, 2015. №43. С. 14 – 16.

5. Ячна М. Г., Полетай В. М., Мехед О. Б. Особливості навчання безпеки праці під час роботи з інформаційними засобами майбутніх фахівців біологічних та медичних спеціальностей. *Актуальні проблеми та перспективи технологічної і професійної освіти*. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2024. С. 239–241

6. Mekhed O., Mekhed D. The role of modern technologies in forming digital security competences of future healthcare specialists. Матеріали II Всеукраїнської науково–практичної конференції з міжнародною участю «Інтеграція українських наукових досліджень в міжнародний простір: регіональний аспект». Дніпро: «Середняк Т.К.», 2024. С. 474–478

Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка

Островський Роман – студент групи ЦТ24М освітньо-професійної програми Професійна освіта (Цифрові технології), Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка;

Трифонов Олена – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри математики та цифрових технологій Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка.

ВИКОРИСТАННЯ ВІДЕОКОНТЕНТУ ЯК ЦИФРОВОГО ЗАСОБУ НАВЧАННЯ З ОСНОВ РОБОТОТЕХНІКИ В УМОВАХ STEAM– ОРІЄНТОВАНОГО СЕРЕДОВИЩА

У сучасних умовах цифрової трансформації освіти важливо впроваджувати інноваційні технології, які забезпечують ефективність навчання. Одним із таких засобів є відеоконтент, що має великий потенціал у контексті STEAM–освіти, яка інтегрує науку, технології, інженерію, мистецтво та математику. Вивчення основ робототехніки потребує доступних і ефективних методів візуалізації, що дозволяють здобувачам освіти краще засвоювати складний матеріал і розвивати практичні навички [1].