

**Мехед О. Б.**ORCID 0000-0001-9485-9139  
Scopus Author ID: 6506181994  
Researcher ID AAC-7333-2021*Кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри біології,  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка  
(Чернігів, Україна) E-mail: mekhedolga@gmail.com***Мехед Д. Б.**ORCID 0000-0003-3905-3620  
Scopus Author ID: 57193823626*Кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри кібербезпеки та математичного моделювання  
Національний університет «Чернігівська політехніка»  
(м. Чернігів, Україна) E-mail: d.mekhed@gmail.com***Рябченко С. В.**

ORCID 0000-0001-5376-5443

*Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри біології,  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка  
викладач біології, «ОФККТ» ОДЕКУ  
(Чернігів, Україна) E-mail: svetlanaryabchenko04@gmail.com*

## ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З МЕТОЮ ПОПУЛЯРИЗАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

*Статтю присвячено розгляду актуальних питань популяризації здорового способу життя із застосуванням інформаційно-комунікаційних технологій. Запропоновано теоретичний аналіз специфіки провадження інформаційно-комунікаційних технологій для популяризації здорового способу життя та мотивації молоді до здоров'язбереження у контексті освітніх нормативних документів. Розглянуто особливості та визначено умови використання інформаційно-комунікаційних технологій в процесі професійної підготовки здобувачів освіти у закладі вищої освіти.*

**Метою** статті є визначення актуальних питань використання інформаційно-комунікаційних технологій в ході здійснення соціально-педагогічної діяльності у закладах освіти з метою популяризації здорового способу життя.

**Методологія.** *Методологічним підґрунтям нашого дослідження є системний, особистісно-орієнтований підходи відповідно до аналізу психолого-педагогічної джерел інформації та аналіз сучасного педагогічного досвіду з питань впровадження ІКТ в освітній процес, зокрема з метою популяризації здорового способу життя. У роботі застосовано багаторівневий системний аналіз інформаційних наукових джерел, що має своїм підґрунтям загально-, частково-науковий та конкретно-науковий філософський рівень пізнання.*

**Наукова новизна** полягає у встановленні основних підходів до впровадження інформаційних технологій як умов популяризації здорового способу життя в ході здійснення соціально-педагогічної діяльності у закладах освіти.

**Висновки** *Важливим напрямом соціального виховання молоді є формування здорового способу життя, профілактика негативних явищ у соціальному середовищі. Вказаний вид діяльності має бути науково обґрунтованим і спрямованим на усвідомлення молодими людьми цінності власного і суспільного здоров'я, створення умов щодо профілактики небезпечної поведінки, популяризації здорового способу життя тощо, застосування ефективних методик роботи в середовищі молоді та адекватної підготовки спеціалістів, що працюють з молодими людьми. Аналіз використання ІКТ сприяє підвищенню ефективності СПД, що в свою чергу дає підстави зробити висновок, що вказані процеси дозволяють активізувати пізнавальну діяльність та самостійну роботу здобувачів освіти у галузі здоров'язбереження; забезпечити позитивну мотивацію до здорового способу життя; забезпечити високий рівень диференціації матеріалу; удосконалити контроль та корекцію одержаних знань; формувати навички пошукової діяльності, зокрема у галузі здоров'язбереження; забезпечити доступ до пошукових систем та електронних бібліотек, інших інформаційних систем та ресурсів.*

**Ключові слова:** *заклади освіти, здобувачі освіти, здоровий спосіб життя, інформаційно-комунікаційні технології, соціально-педагогічна діяльність.*

**Постановка проблеми.** Загально визнаним вважається факт, що ключовими факторами соціального та економічного розвитку країни є здоров'я та благополуччя населення. У цьому контексті здоров'я молоді є не лише запорукою, а й резервом і рушієм розвитку держави, її сьогодення та майбутнього. Аналіз загальної демографічної ситуації в суспільстві засвідчує реальну потребу в розвитку культури здорового способу життя різних груп населення і в першу чергу – молоді. В той же час розвиток України як демократичної держави, гармонійне включення та існування її в європейському просторі передбачають прогресивні зміни побудови національної системи освіти. Інформаційні технології позиціонують сьогодні невід'ємною частиною сучасного життя, вони значною мірою визначають подальший економічний та суспільний розвиток людства. У цих умовах революційних змін вимагає й система освіти. Таким чином, актуальність даного питання не викликає сумнівів у сучасному освітньому середовищі, оскільки якість викладання дисциплін залежить певною мірою від вмілого та ефективного використання засобів і можливостей, які надають інформаційні комп'ютерні технології та Інтернет. Потрібно зазначити також, що необхідність застосування технічних засобів в освітньому процесі регламентується нормативно-правовою базою.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих, як до соціальної цінності в контексті особистісного розвитку було порушено у наукових працях вчених: С. Адирхаєва, В. Борисова, Г. Воскобойнікової, М. Гончаренко, С. Гончаренка, К. Гревцової, С. Дмитрієва, О. Дубровського, С. Єрмакова, А. Жиденко, Є. Ільїна, О. Козирєвої, Ж. Козіної, І. Медведєвої, Ю. Мечетного, Б. Мицкана, Л. Мітіної, Л. Подрігала, Л. Попової, В. Самойловича, С. Стрілець, Л. Хомич, О. Чабана, О. Шиян та ін. Однак питання доцільності впровадження інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ) до популяризації здорового способу життя, незважаючи на його безсумнівну актуальність [4] є, на нашу думку, недостатньо вивченим у теоретичному, так і в методичному аспектах. Вивчення наукових інформаційних джерел, аналіз здобутків сучасної теоретичної та практичної науки у питанні професійної підготовки майбутніх педагогів сприяли виявленню певних суперечностей, що виявились між соціальним замовленням щодо професійної підготовки майбутнього вчителя, готового до ефективного здійснення соціально-педагогічної діяльності, зокрема, з метою популяризації здорового способу життя, й усталеними підходами до здійснення професійної підготовки майбутніх педагогів; основними вимогами до вмотивованої здоров'язбережувальної позиції здобувачів освіти і кількістю та якістю доступного технічного забезпечення для її формування; потребою у системному здійсненні популяризації та мотивації до здорового способу життя зі здобувачами освіти, їх найближчим оточенням тощо та рівнем готовності педагогів до такого виду робіт [1, 2].

**Метою статті** є визначення актуальних напрямів використання інформаційно-комунікаційних технологій з метою популяризації здорового способу життя.

**Методологія.** Методологічним підґрунтям нашого дослідження є системний, особистісно-орієнтований підходи відповідно аналізу психолого-педагогічної джерел інформації та аналіз сучасного педагогічного досвіду з питань впровадження ІКТ в освітній процес, зокрема з метою популяризації здорового способу життя. У роботі застосовано багаторівневий системний аналіз інформаційних наукових джерел, що має своїм підґрунтям загально-, частково-науковий та конкретно-науковий філософський рівень пізнання.

**Наукова новизна** полягає у встановленні основних підходів до впровадження інформаційних технологій як умови популяризації здорового способу життя, зокрема в ході здійснення соціально-педагогічної діяльності у закладах освіти.

**Методи дослідження.** При виконанні дослідження використано комплекс нижчеперелічених методів: теоретичні – узагальнення, систематизація, теоретичного моделювання, конкретизація, порівняння, аналіз, синтез; емпіричні – спостереження, аналіз результатів діяльності студентів, бесіди, анкетування.

**Результати дослідження.** Аналіз сучасного педагогічного досвіду та наукових джерел свідчить, що використання ІКТ сприяє інтенсифікації навчання, робить його більш цікавим, продуктивним та надає можливість забезпечити оперативним зворотним зв'язком. За допомогою цифровізації навчання та розвитку сучасних технологій відкривається широкий простір можливостей для більш ефективної популяризації здорового способу життя завдяки забезпеченню швидкого доступу до джерел інформації, також зберіганню значного її обсягу та легкої передачі інформації у будь-яку точку світу, також ІКТ сприяють можливості багаторазового відтворення необхідних фрагментів інформації, урізноманітненню форм та способів представлення та опрацювання інформації, забезпечують сприятливі умови для створення середовища для навчання та керування процесом.

Аналіз методичних підходів стосовно інтеграції інформаційних технологій у процес пропаганди здорового способу життя сучасних закладів освіти підтвердив, що впровадження інноваційних підходів до формування здоров'язбережувальної компетентності особистості здобувача освіти потребує покращення якості освітньої інформації, зокрема підвищення її науковості й абстрактності, також виконання умови використання різних способів її подання, зберігання та пошуку: одночасно із вербальною формою бажане активне використання невербальних, символічних, візуальних тощо, що передбачають суттєві перетворення в організації освітнього процесу.

У даному контексті соціальна робота та соціально-педагогічна діяльність (СПД) являють собою різновиди професійної діяльності – власне спеціально організованої та чітко регламентованої активності фахівців, яка має на меті досягнення суспільно важливого результату. Зокрема у досліджуваному нами напрямку – ефективного формування мотивації молоді до здорового способу життя [5]. Таким чином зміст і структура названого виду професійної діяльності, мають відповідати філософському та психологічному

визначенню діяльності та відображати її соціальний аспект, це обґрунтовується соціальним замовленням та наявними актуальними соціальними проблемами, та виражається соціокультурними особливостями середовища, знаходить свій відбиток у соціально-педагогічній діяльності на рівні держави [3, 6].

Система вимог до впровадження ІКТ у процес популяризації здорового способу життя повинна забезпечувати: науковість освіти з використанням ІКТ, що окреслить коректність і наукову вірогідність викладу змісту навчального матеріалу; доступність навчання, що здійснюється з використанням інформаційних технологій; проблемність навчання, що зумовлена сутністю й характером освітньої діяльності; наочність і надійність навчання, що забезпечується поєднанням необхідності урахування чуттєвого сприйняття об'єктів й використання контрольно-вимірювальних систем для визначення правильності засвоєння теоретичного матеріалу; свідомість навчання, самостійність та активізація діяльності здобувача освіти, що передбачає забезпечення ІКТ самостійних дій із вилучення освітньої інформації при розумінні цілей і завдань освітньої діяльності; систематичність та послідовність роботи при використанні інформаційних технологій; єдність освітніх, розвивальних і виховних функцій при використанні ІКТ, що включає гармонійне поєднання сучасних здобутків комп'ютерних технологій і педагогіки [7].

Популяризація здорового способу життя викладача в закладах освіти, на нашу думку, є актуальною частиною професійної діяльності [8, 9], оскільки забезпечує своєчасне набуття та закріплення здоров'язбережувальних та гігієнічних методичних, психолого-педагогічних, теоретико-методологічних, філософських, складових компетентностей в організації освітнього процесу, та підвищення ступеня зацікавленості професійною діяльністю.

Підводячи підсумки стосовно впровадження ІКТ з метою популяризації здорового способу життя потрібно відмітити, що вказаний напрямок сприяє підвищенню професійного рівня педагогів, мотивації здобувачів освіти до пошуку нових нестандартних форм і методів роботи, зокрема СПД, забезпечує також прояв творчих здібностей як педагога так і його вихованців; сприяє збільшенню інтересу здобувачів освіти до навчання, активізує пізнавальну діяльність, покращує якість засвоєння матеріалу молоддю; сприяє інформованості батьків та найближчого оточення про напрями діяльності освітнього закладу і про результати діяльності конкретної особистості чи соціальної групи; впровадження ІКТ в освітній процес робить заняття та виховні заходи більш цікавими та сучасними; також використання ІКТ дозволяє вирішувати проблемні ситуації завдяки моделюванню; також збільшує швидкість передачі інформації та підвищує рівень її засвоєння, сприяє емоційному та моральному розвитку молоді.

**Висновки.** Важливим напрямом соціального виховання молоді є формування здорового способу життя, профілактика негативних явищ у соціальному середовищі. Вказаний вид діяльності має бути науково обґрунтованим і спрямованим на усвідомлення молодими людьми цінності власного і суспільного здоров'я, створення умов щодо профілактики небезпечної поведінки, популяризації здорового способу життя тощо, застосування ефективних методик роботи в середовищі молоді та адекватної підготовки спеціалістів, що працюють з молодими людьми. Аналіз використання ІКТ сприяє підвищенню ефективності СПД, що в свою чергу дає підстави зробити висновок, що вказані процеси дозволять активізувати пізнавальну діяльність та самостійну роботу здобувачів освіти у галузі здоров'язбереження; забезпечити позитивну мотивацію до здорового способу життя; забезпечити високий рівень диференціації матеріалу; удосконалити контроль та корекцію одержаних знань; формувати навички пошукової діяльності, зокрема у галузі здоров'язбереження; забезпечити доступ до пошукових систем та електронних бібліотек, інших інформаційних систем та ресурсів.

Подальші дослідження є сенс спрямовувати в напрямі вивчення професійного становлення майбутнього педагога.

## References

1. Капська А. Й., Безпалько О. В., Вайнола Р. Х. Актуальні проблеми соціально-педагогічної роботи : модульний курс дистанційного навчання. Київ, 2002. 164 с  
Kapska, A. I., Bezpalko, O. V., Vainola, R. Kh. (2002). Aktualni problemy sotsialno-pedahohichnoi roboty : modulnyi kurs dystantsiinoho navchannia [Actual problems of social and educational work: modular distance learning course]: Kyiv, Ukraine: 2002, 164 p.
2. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі : навчальний посібник [для студ. вищ. навч. закл]. Київ, Центр учбової літератури, 2009. 208 с.  
Bezpalko, O. V. (2009). Sotsialna pedahohika: skhemy, tablytsi, komentari : navchalnyi posibnyk [dlia stud. vyshch. navch. zakl] [Social pedagogy : charts, tables, comments : tutorial [for higher school students] : Kyiv, Ukraine: Center of educational literature, 2009, 208 p.
3. Іванців О. Я. Підготовка студентів біологічних факультетів університетів до педагогічної діяльності в процесі вивчення фахових дисциплін : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2000. 18 с.  
Ivantsiv, O. Ya. (2000). Pidhotovka studentiv biolohichnykh fakul'tetiv universytetiv do pedahohichnoyi diyal'nosti v protsesi vyvchennya fakhovykh dystsyplin [Preparation of students of biological faculties of universities for pedagogical activity in the process of studying of professional disciplines] : *extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv, Ukraine: 2000, 18.
4. Мехед Д. Б., Мехед О. Б., Швидкий А. Л. Роль інформаційно-комунікаційних технологій у мотивації навчальної діяльності студентів. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методи навчання у*

- підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми.* Збірник наукових праць. Випуск 31. Київ-Вінниця : ТОВ: фірма «Планер», 2012. С. 417–422.
- Mekhed, D. B., Mekhed, O. B., Shvidkiy, A. L. (2012). Rol informatsiino-komunikatsiinykh tekhnolohii u motyvatsii navchalnoi diialnosti studentiv [*The role of information and communication technologies in motivating students' learning activities*]: Kyiv-Vinnitsa, Ukraine: 2012, 417-422.
5. Мехед О. Б., Рябченко С. В., Жара Г. І. Аналіз факторів, що впливають на формування здорового способу життя молоді. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія «Педагогічні науки»*. 2019. № 3 (159). С. 262–267.
- Mekhed, O. B., Ryabchenko, S. V., Zhara, H. I. (2019). Analiz faktoriv, scho vplivayut na formuvannya zdorovogo sposobu zhittya molodi [Youngsters healthy lifestyle factors analysis]: Chernihiv, Ukraine: NUCHK : 2019. № 3 (159). 262–267.
6. Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. Київ: Леся, 2013. 160 с.
- Nosko, M. O., Hryshchenko, S. V., Nosko, Yu. M. (2013). Formuvannya zdorovoho sposobu zhyttia: navchalnyi posibnyk [Shaping a healthy lifestyle]: a textbook. Kyiv, Ukraine: Lesya. 160.
7. Носко М. О., Гаркуша С. В., Воеділова О. М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія. К. : СПД Чалчинська Н.В., 2014. 300 с.
- Nosko, M. O., Harkusha, S. V., Voiedilova, O. M. (2014). Zdoroviazberezhivalni tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni [Health-saving technologies in physical education]: monograph. Kyiv, Ukraine: SPD Chalchinska N. V. 300 p.
8. Griban, G., Myroshnychenko, M., Tkachenko, P., Krasnov, V., Karpiuk, R., Mekhed, O., Shyyan, V. (2021). Psychological and pedagogical determinants of the students' healthy lifestyle formation by means of health and fitness activities. *Wiadomości Lekarskie*, 74 (5),1074-1078. doi: 10.36740/WLek202105105.
9. Nosko, M., Mekhed, O., Ryabchenko, S., Ivantsova, O., Denysovets, I., Griban, G., Prysyazhniuk, S., Oleniev, D., Kolesnyk, N., & Tkachenko, P. (2020). The influence of the teacher's social and pedagogical activities on the health-promoting competence of youth. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 18-28.

**Mekhed O.**

ORCID 0000-0001-9485-9139  
Scopus Author ID: 6506181994

PhD in biological sciences, Associate Professor  
Head of the Department of Biology  
Т.Н. Шевченко National University «Chernihiv Colehium»  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: mekhedolga@gmail.com

**Mekhed D.**

ORCID 0000-0003-3905-3620  
Scopus Author ID: 57193823626

PhD in pedagogical sciences, Associate Professor,  
Associate professor of the Department  
of Cybersecurity and Mathematical Simulation,  
Chernihiv Polytechnic National University  
(Chernihiv, Ukraine) E-mail: d.mekhed@gmail.com

**Ryabchenko S.**

ORCID 0000-0001-5376-5443

Candidate of science, Associate Professor of Department of Biology,  
Т.Н. Шевченко National University «Chernihiv Colehium»  
teacher of biology, «OFKKT» ODEK  
Chernihiv (Ukraine) E-mail: svetlanaryabchenko04@gmail.com

#### USE OF MODERN INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGIES TO POPULARIZE A HEALTHY LIFESTYLE

*The article is devoted to the topical issues of promoting a healthy lifestyle with the use of information and communication technologies. Theoretical analysis of the specifics of the implementation of information and communication technologies to promote a healthy lifestyle and motivate young people to health in the context of educational regulations is proposed. Peculiarities and conditions of using information and communication technologies in the process of professional training of students in higher education are considered.*

**The purpose** of the article is to determine the current issues of the use of information and communication technologies in the implementation of socio-pedagogical activities in educational institutions in order to promote a healthy lifestyle.

**Methodology.** The methodological basis of our study are systematic and personality-oriented approaches to the analysis of psychological and pedagogical sources of information, and an analysis of modern pedagogical experience in implementing ICT into the educational process, in particular to promote a healthy lifestyle. The paper uses a multilevel systematic analysis of information scientific sources, which is based on general, partial scientific and specific scientific philosophical level of knowledge.

**Scientific novelty** is to establish the main approaches to the introduction of information technology as a condition for promoting a healthy lifestyle in the implementation of socio-pedagogical activities in educational institutions.

**Conclusions** An important field of social education of young people is the healthy lifestyle formation, prevention of negative phenomena in the social environment. This activity is scientifically based and aimed at understanding the value of their own health, creating conditions for the prevention of dangerous behaviour, promoting a healthy lifestyle, using of effective methods of work with young people. An analysis of using of information and communication technologies helps to increase the effectiveness of socio-pedagogical activities. These processes enhance cognitive activity and independent work of students; provide positive motivation for a healthy lifestyle; high level of material differentiation; improve control and correction of acquired knowledge; provide access to search engines and electronic libraries.

**Key words:** educational institutions, students, healthy lifestyle, information and communication technologies, social and pedagogical activities.

Стаття надійшла до редакції 02.12.2021 р.

**Рецензент:** доктор педагогічних наук, професор, дійсний член (академік) НАПН України **М. О. Носко**