

функцій дизайну та шаблонів для побудови схем або моделювання різноманітних процесів.

Окрім покращеної безпеки, ще однією перевагою будь-якого програмного забезпечення за підпискою є рівень підтримки кіцевих користувачів. Середовище Lucidchart включає в себе довідковий центр, де користувачі можуть знайти рішення, переглянути посібники.

Користувачі Lucidchart можуть легко обмінюватися діаграмами UML і прототипами дизайну інтерфейсу користувача в реальному часі та зберігати їх для використання іншими. Хоча додаткова функція підписки не входить у комплект, вона дозволяє розробникам записувати, переглядати та змінювати історію створення діаграми, а також повертатися до попередніх ітерацій, коли це необхідно.

У рамках пакету підписки Lucidchart надає власні засоби захисту, включаючи можливість зберігати зашифровані діаграми на власній керованій платформі інструменту. Окрім автентифікації єдиного входу для Google, OneLogin, Okta та Ping Lucidchart пропонує оптимізоване надання ліцензій та інтуїтивно зрозумілу адміністративну панель, яка може керувати конфіденційністю та дозволами спільного доступу.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Генсерук Г. Р., Мартинюк С. В. Розвиток цифрової компетентності майбутніх учителів в умовах цифрового освітнього середовища закладу вищої освіти. Інноваційна педагогіка. Одеса, 2019. Вип. 19, т. 2. С. 158–162.
2. Хмарна платформа діаграм Lucidchart. [Електронний ресурс] (URL): <https://www.lucidchart.com>. (дата звернення 09.04.2023).

## ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОНЛАЙН-НАВЧАННІ ЯК ЗАСОБИ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ

**Кисла Світлана Дмитрівна**

магістрантка I курсу спеціальності 014 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини),  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка  
[kislaja197@gmail.com](mailto:kislaja197@gmail.com)

**Мехед Ольга Борисівна**

доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри біології,  
Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка  
[mekhedolga@gmail.com](mailto:mekhedolga@gmail.com)

Здоров'я є головним показником добробуту суспільства, який відображає поточну тривалість життя та може вказувати на майбутнє нації. Майже всі інституції суспільства сприяють покращенню здоров'я, вимагаючи високого рівня фаховості та фізичної підготовки від представників спільноти [2, с. 33].

Протиріччя між потребами держави у формуванні здорового покоління та сучасних умовах життя та праці показує, що система освіти повинна спрямовуватися на збереження здоров'я. Для нашої країни збереження здоров'я є особливо актуальною проблемою на тлі демографічних проблем та завдань модернізації освіти [1, с. 18; 38]. Тож викладання дисциплін, що сприяють збереженню здоров'я молоді та формуванню здорового способу життя є надзвичайно актуальним питанням сьогодення.

Широке запровадження дистанційної та змішаної форм освіти у закладах освіти різного рівня зумовлене поширенням пандемії, воєнного стану і необхідністю дотримання всіх карантинних заходів задля збереження здоров'я та забезпечення безпечних умов життя всіх учасників освітнього процесу. Саме це довело необхідність залучити всіх учасників освітнього процесу до використання новітніх інтерактивних платформ і підвищити мотиваційний фактор в отриманні нових знань молоддю.

Мета статті – проаналізувати питання здоров'язбереження здобувачів освіти в умовах дистанційного навчання.

Дистанційна форма навчання є способом організації освітнього процесу в закладах освіти, який забезпечує можливість навчання на віддаленій основі та видачу випускникам державного зразка документів про одержаний освітній або освітньо-кваліфікаційний рівень. Завданням сучасної професійної освіти є орієнтація на здоровий спосіб життя за допомогою здоров'язбережувальних технологій, що застосовуються в освітньому процесі закладів освіти. У цьому контексті педагогічна скерованість виникає в запровадженні методів та методик здоров'язбереження, здоров'язбережувальних технологій для формування здоров'язбережувальної компетентності, виховання навичок здорового способу життя. В умовах дистанційного навчання ефективність здоров'язбережувальної діяльності залежить від використання різноманітних технологій, таких як здоров'язбережувальні, здоров'яформувальні, оздоровчі, рекреаційні оздоровчі, навчання здоров'я та виховання культури здоров'я. Дистанційне навчання в часи пандемії та воєнного часу спрямоване не лише на отримання знань, умінь та навичок, а й на збереження здоров'я всіх учасників освітнього процесу.

Аналіз одержаної протягом дистанційного навчання інформації підтверджує, що використання засобів дистанційного навчання є інструментом у формуванні здоров'язбережувальної компетентності здобувачів освіти. Це досягається за рахунок інтерактивності, інтенсифікації освітнього процесу та запровадження зворотного зв'язку. Крім того, використання засобів дистанційного навчання дозволяє молодим людям мати постійний доступ до навчальних матеріалів і переглядати їх у будь-який зручний для них час, що сприяє активізації самостійної роботи.

Варто зауважити, що саме електронні навчально-методичні комплекси забезпечують формування здоров'язбережувальної компетентності та підтримку

її на відповідному рівні, допомагаючи молодим людям отримати набуті навички в реальних ситуаціях, у тому числі при тимчасовому забезпеченні навчальної діяльності.

Це повинно сприяти зменшенню негативного впливу на обмеження, викликані пандемією, війною та карантинном, на фізичну активність, яка була обмежена закриттям спортивних закладів, басейнів і танцювальних студій, а також заборонено вихід без потреби з усіх. Однак, фізична активність можлива під час карантину, якщо використовувати навички здоров'язбереженої компетентності. Ці навички об'єднують усі можливості засобів фізичного виховання для формування збереження, зміцнення здоров'я молоді. В результаті аналізу можна зробити висновок, що формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів освіти можливо за допомогою дистанційного навчання під час їхнього фізичного виховання. Це інтегрує такі компетенції, як: інформаційно-комунікаційну компетентність, технології навчання здоров'ю, оздоровчі технології та виховання культури здоров'я.

З результатами попереднього викладеного, впровадження новітніх технологій, що намічаються через дистанційне навчання, мають бути спрямовані передусім на розвиток особистості студента у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності, як підкреслено у джерелах [3, 4]. Це можна досягти шляхом персоналізації процесу навчання здоров'язбережувальних навичок, що забезпечує розвиток інтересу, вмінь та знань у цій галузі. Впевненість у тому, що дистанційне навчання може бути ефективним засобом формування здоров'язбережувальної компетентності, забезпечує компліментарність новітніх технологій та їх належне використання.

Таким чином, умови вимушеної самоізоляції студентів вимагають цільової установки освіти на створення мотивації для здорового способу життя, включаючи фізичне самовдосконалення та оновлення змісту здоров'язбереження та здорового способу життя. Впровадження дистанційного навчання може створити новий освітній простір і використовувати комфортні, безпечні та зручні форми та методи організації мотивації молоді до збереження та розвитку власного здоров'я. Це може бути представлено як сучасне освітнє середовище з усіма можливостями для ефективного формування здоров'язбережувальної компетентності молоді за допомогою дистанційного навчання.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вдовиченко Є. Місія філософії освіти в реформуванні освітньої системи України. Вісник Львівського університету. Серія філос.-політолог. студії. 2017. Вип. 10.С. 17–22.
2. Гусак П.М., Зимівець Н.В., Петрович В.С. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: Монографія, за ред. д-ра педагог. наук, проф. П.М. Гусака. Луцьк: ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2009. 219 с.

3. Мехед О. Б., Мехед Д. Б., Рябченко С. В. Використання сучасних інформаційно-комунікаційних технологій з метою популяризації здорового способу життя. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Вип. 16 (172). Чернігів : НУЧК, 2022. С. 174-178
4. Mekhed O., Nosko M. The biological and social fundamentals of healthy living of participants of the educational process. Bioresources and Human Health. Edited by Andrzej Krynski, Georges Kamto Tebug, Svitlana Voloshanska. Czestochowa: Publishing House of Polonia University "Educator", 2021. 143-154

## **ЦИФРОВА ЛАБОРАТОРІЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ МЕТОДИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИКИ**

**Крижановський Сергій Юрійович**

аспірант кафедри фізики та методики її навчання, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

[kryzhanovskyj.s@gmail.com](mailto:kryzhanovskyj.s@gmail.com)

**Головко Микола Васильович**

доктор педагогічних наук, доцент, старший науковий співробітник, професор кафедри фізики та методики її навчання, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

[m.golovko@ukr.net](mailto:m.golovko@ukr.net)

В умовах діджиталізації усіх галузей суспільного життя, зокрема, й освіти, сучасні цифрові технології є важливим засобом формування в здобувачів загальної середньої освіти ключових компетентностей та розвитку професійної компетентності у студентів. Особливої актуальності підготовка майбутніх викладачів фізики до ефективного використання засобів інформаційно-комунікаційних технологій в освітньому процесі набуває під час широкого запровадження дистанційного навчання. В умовах відсутності доступу до обладнання шкільних кабінетів фізики цифрові лабораторії стають одним із засобів формування в учнів практичних умінь і навичок. Ефективне їхнє використання у шкільному фізичному експерименті потребує відповідного рівня методичної компетентності викладача.

«Цифрова лабораторія — це універсальна комп'ютеризована лабораторна система, яка використовується для проведення широкого спектру досліджень, демонстрацій, лабораторних робіт з фізики, хімії та біології» [2]. Складниками цифрової лабораторії є реєстратор даних, датчики різних величин вимірювання, спеціальний мінікомп'ютер або персональний комп'ютер, відповідне програмне забезпечення. У фізичній цифровій лабораторії датчики фіксують механічні, термодинамічні, електродинамічні, оптичні величини та ті, що стосуються ядерної фізики. Реєстратор даних здійснює зчитування сигналів з датчиків, перетворення аналогового сигналу у цифровий, передачу інформації у комп'ютерну систему. Програмне забезпечення, встановлене на міні- або