

УДК 613.955:37.016:5(045)

DOI: 10.36550/2415-7988-2026-1-223-845-849

ISSN 2415–7988 (Print) ISSN 2521–1919 (Online)

**НАЙДЬОНОВА Галина** –

кандидат педагогічних наук,  
завідувач педагогічної практики  
Центральноукраїнського державного університету  
імені Володимира Винниченка  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9472-6704>  
e-mail: [galinkaussn@gmail.com](mailto:galinkaussn@gmail.com)

**РУДЕНКО Тетяна** –

кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри природничих наук та методик викладання  
Центральноукраїнського державного університету  
імені Володимира Винниченка  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4758-1389>  
e-mail: [tvrud35@gmail.com](mailto:tvrud35@gmail.com)

### **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У НАВЧАННІ ДИСЦИПЛІН ПРИРОДНИЧОГО ЦИКЛУ**

*У статті досліджуються теоретичні та практичні аспекти застосування здоров'язберігаючих технологій при викладанні дисциплін природничого циклу. Розглянуто особливості інтеграції здоров'язберігаючих технологій в освітній процес. Зазначено що сучасна школа потребує педагогів, які використовують під час уроку методики спрямовані на збереження та зміцнення фізичного, психічного, емоційного та соціального здоров'я учнів.*

*В епоху модернізації освітньої системи пріоритет збереження здоров'я молоді набуває статусу стратегічного завдання. Негативні екологічні чинники, інтенсифікація психоемоційних навантажень та гіподинамія вимагають від сучасного педагога пошуку й впровадження неординарних дидактичних підходів. У цьому контексті потужний потенціал мають предмети природничого циклу, оскільки об'єктом їх вивчення виступає живий організм та закономірності його життєдіяльності. Зміст цих дисциплін органічно корелює з фундаментальними засадами здорового способу життя.*

*Акцентовано увагу на необхідності впровадження здоров'язберігаючих технологій на кожному етапі реалізації освітнього процесу, а отже створенні умов по зорієнтуванню здобувачів освіти на раціональне поєднання розумових і фізичних навантажень, що встановлюються відповідно до вікових та індивідуальних особливостей здоров'я кожного.*

*Зазначено, що здоров'язберігаючі технології сприяють формуванню в здобувачів освіти необхідних знань про ментальне здоров'я, а отже й умінь та навичок активного використання їх у повсякденному житті як ефективний спосіб сприяння здоровому розвитку учнів. Вказано ключові принципи впровадження здоров'язберігаючих технологій, такі як пріоритет здоров'я, індивідуальний підхід, системність. Виокремлені напрями цієї діяльності охоплюють створення сприятливих умов для розвитку та зміцнення здоров'я, організацію освітнього процесу з урахуванням психофізіологічних аспектів, реалізацію програм культури здоров'я та профілактики шкідливих звичок, а також підтримку фізичного і психологічного розвитку учнів.*

*Проведено аналіз сучасних наукових праць, що дозволило окреслити основні напрями вивчення застосування здоров'язберігаючих технологій в освітньому процесі. Доведено, що вони запобігають перевтомі, формують культуру здорового способу життя та створюють безпечне освітнє середовище.*

**Ключові слова:** здоров'язберігаючі технології, психічне здоров'я, соціальне здоров'я, фізичне здоров'я, освітнє середовище.

**NAIDONOVA Halyna** –

Candidate of Pedagogical Sciences, Head of Teaching Practice  
in Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9472-6704>  
e-mail: [galinkaussn@gmail.com](mailto:galinkaussn@gmail.com)

**RUDESKO Tetiana** –

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor  
of the Department of Natural Sciences and Teaching Methods  
Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4758-1389>  
e-mail: [tvrud35@gmail.com](mailto:tvrud35@gmail.com)

### **HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES IN TEACHING SCIENCE DISCIPLINES**

*The article examines the theoretical and practical aspects of applying health-preserving technologies in teaching natural science disciplines. It considers the peculiarities of integrating health-preserving technologies into the educational process. It is noted that modern schools require teachers who employ teaching methods aimed at preserving and strengthening students' physical, mental, emotional, and social health in the classroom.*

*In the context of the modernization of the educational system, promoting and preserving the health of young people has become a strategic objective. Adverse environmental conditions, intensified psycho-emotional pressures, and sedentary lifestyles require modern educators to seek and implement innovative pedagogical approaches. Within this framework, natural science disciplines offer significant potential, as they focus on living organisms and the laws governing their vital functions. The content of these disciplines is inherently aligned with the fundamental principles of a healthy lifestyle.*

*Particular emphasis is placed on the need to implement health-preserving technologies at every stage of the educational process, thereby creating conditions that encourage learners to maintain a balanced combination of mental and physical activities, tailored to their age-related characteristics and individual health needs.*

*It is emphasized that health-preserving technologies contribute to developing learners' awareness of mental health, as well as the skills and abilities necessary for its practical application in everyday life, thereby promoting students' healthy development. The study outlines the*

key principles underlying the implementation of health-preserving technologies, namely the prioritization of health, an individual approach, and systematic approach. The identified areas of this activity include creating favorable conditions for maintaining and strengthening health, organizing the educational process with regard to psychophysiological characteristics, implementing health-promotion and addiction-prevention programs, and supporting students' physical and psychological well-being.

An analysis of contemporary scientific studies was conducted, making it possible to identify the main research perspectives regarding the application of health-preserving technologies in the educational process. The findings indicate that health-preserving technologies help prevent fatigue, promote healthy lifestyles, and create a safe educational environment.

**Keywords:** health-preserving technologies, mental health, social health, physical health, educational environment.

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** У сучасних умовах трансформації освіти питання збереження здоров'я здобувачів освіти набуває стратегічного значення. Погіршення екологічної ситуації, зростання психоемоційного навантаження та малорухливий спосіб життя вимагають від педагога впровадження особливих методик. Дисципліни природничого циклу мають унікальний потенціал, оскільки сам предмет вивчення – живий організм та його функціонування – безпосередньо пов'язаний із принципами здорового способу життя.

Здоров'язберігаючі технології – цілісна система оздоровчо-виховних, корекційних і профілактичних заходів, які здійснюються у процесі взаємодії дитини і педагога, дитини і батьків [1; 5; 7]. Мета цих освітніх технологій забезпечити можливість збереження здоров'я, сформувані необхідні знання, уміння й навички здорового способу життя, навчити використовувати отримані знання у повсякденному житті.

Проблема формування звички до здорового способу життя в здобувачів освіти, що забезпечується правильно організованим, грамотним і цілеспрямованим освітнім процесом з використанням здоров'язберігаючих технологій, сьогодні є дуже актуальною. Метою здоров'язберігаючих освітніх технологій є забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та духовного комфорту, що сприятиме продуктивній навчальній діяльності учасників освітнього середовища. Використання здоров'язберігаючих освітніх технологій сприяє усвідомленню учнями того, що здоров'я людини є найвищою цінністю суспільства. Одним із важливих завдань освітнього процесу буде створення умов для формування у здобувачів навичок самоорганізації та самоконтролю, що сприятиме збереженню здоров'я та активізації рухової діяльності. Тому для забезпечення всебічного гармонійного розвитку особистості необхідні мотивація і додержання принципів здорового способу життя, пошук нових ефективних форм і методів, які б урізноманітнювали зміст оздоровчих програм.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Низка науковців здійснювала вивчення і продовжує досліджувати поняття «здоров'язберігаючі технології», розглядаючи різні його аспекти, серед яких: вивчення загальних питань здоров'язберігаючих технологій (О. Ващенко, С. Свириденко та інші) [1; 2], формування основ здорового способу життя і культури здоров'я (В. Гінзбург, О. Єжова, Т. Мостіпака та інші) [4; 6; 10], методологічні засади діяльності освітнього закладу, спрямовані на здоров'я (С. Грищенко, В. Єфімова, С. Новописьменний, М. Носко, Ю. Носко та інші) [7; 11; 12; 13], техніки збереження здоров'я (С. Грищенко, Н. Зимівець, І. Кравченко, Л. Русин, З. Удич, Н. Чабан, І. Шапаренко, та інші) [8; 9; 15]. Здебільшого всі наукові пошуки дослідників спрямовано на вивчення здоров'язберігальних технологій у середовищі загальноосвітнього навчального закладу, проте в закладах вищої освіти процес формування

здорового способу життя триває і є невід'ємною частиною навчально-виховного процесу.

**Мета статті:** полягає в теоретичному обґрунтуванні проблеми та висвітленні результатів дослідження впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховний процес закладів освіти.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Освітній процес навчальних закладів спрямований на всебічний розвиток молоді як особистості та найвищої цінності суспільства, розвиток її талантів, розумових і фізичних здібностей тощо. Тому проблема здорового способу життя займає провідне місце в педагогічному процесі.

Одним з основних завдань, яке сучасне суспільство ставить перед освітніми закладами, є формування особистості, що прагне самореалізації, в тому числі через здоровий спосіб життя.

Здоровий спосіб життя молоді – це сукупність ціннісних орієнтацій та установок, звичок, режиму і темпу життя, спрямованих на збереження, зміцнення, формування, відтворення здоров'я у процесі навчання, виховання, спілкування, праці і відпочинку.

Проблема формування здорового способу життя серед учнівської та студентської молоді залишається актуальною і вимагає негайного вирішення засобами освіти. Для вирішення цієї проблеми необхідно залучати якомога більше фахівців і часу навчального процесу; ця проблема повинна цікавити й турбувати не тільки фахівців і викладачів, але й молодь в першу чергу.

Поняття «здоров'язберігаючі технології» з'явилося давно (Л. Занков, В. Зайцев, М. Монтесорі, С. Френе та ін.) і стає все більш використовуваним. Вивчення різноманітних джерел виявляє широкий діапазон підходів до розуміння поняття «здоров'язберігаючі технології» і ще більш широке наповнення змісту цього поняття конкретними практичними діями.

Здоров'язберігаючі технології – обов'язковий елемент будь-якої педагогічної технології, який демонструє, наскільки при реалізації поставленої мети навчання і виховання вирішується завдання збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу. Здоров'язберігаючі технології становлять технологічну основу здоров'язберігаючої педагогіки.

Розглянемо здоров'язберігаючі технології, як умови для збереження, зміцнення та розвитку особистісного та фізичного здоров'я всіх суб'єктів освітнього процесу. Характеристикою здоров'язберігаючого освітнього середовища є організація освітнього простору на всіх рівнях, у якому якісне виховання, розвиток, навчання здобувачів освіти не супроводжується нанесенням шкоди їхньому здоров'ю. Як наслідок, з метою формування, збереження та зміцнення цих складників здоров'я в діяльність закладів освіти впроваджуються технології, які допомагають вирішити найважливіші завдання – зберегти здоров'я особистості, стимулювати її до активного здорового способу життя. Серед таких: *здоров'язберігаючі* –

технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини; **оздоровчі** – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія; **технології навчання здоров'ю** – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання; **виховання культури здоров'я** – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Здоров'я як предмет здоров'язберігаючих технологій передбачає здоров'я фізичне, психічне, соціальне та етичне. Завдяки використанню здоров'язберігаючих технологій на уроках природничого циклу у дітей відбувається покращення пам'яті, уваги, мислення, підвищення здібностей до довольного контролю, покращення загального емоційного стану, підвищується працездатність.

Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів природничого циклу, організації факультативного навчання та додаткової освіти.

Ключовими принципами впровадження здоров'язберігаючих технологій є:

**Пріоритет здоров'я:** будь-яке педагогічне рішення оцінюється з точки зору впливу на стан учня.

**Індивідуальний підхід:** врахування темпу розвитку, особливостей зору, постави чи нервової системи дитини.

**Системність:** це не одна вправа на рік, а щоденний алгоритм дій.

Здійснюючи здоров'язберігаюче навчання під час освітнього процесу зі студентами акцентуємо увагу на тому, що вони також, як майбутні вчителі, мають піклуватись про здоров'я учнів. Методика навчання бідь якої природничої дисципліни (біології, хімії, основ здоров'я тощо) – саме той освітній компонент, який дозволяє попрактикувати використання здоров'язберігаючих технологій у вчительській діяльності ще до того моменту, коли студенти підуть на виробничу практику.

Прикладами специфічних прийомів які використовуються під час реалізації освітнього процесу є:

- динамічні паузи: короткі розминки для очей (методика Базарного) або пальчикова гімнастика;
- зміна видів діяльності: кожні 7–10 хвилин змінювати тип роботи (читання, обговорення, творчість), щоб запобігти перевтомі;
- кольоротерапія: використання спокійних кольорів в інтер'єрі та яскравих акцентів у наочних матеріалах для стимуляції уваги;
- релаксація: хвилинка тиші під супровід звуків природи для зняття емоційної напруги.

Через збільшення екранного часу (гаджети), малорухливий спосіб життя та високий рівень стресу (особливо в умовах дистанційного навчання), здоров'язберігаючі технології стають не просто складовою освітнього процесу, а необхідністю для збереження зору, постави та психічної стійкості дітей.

Викладання природничих дисциплін (біологія, хімія, фізика, географія, основи здоров'я тощо) дає вчителю найбільше інструментів для впровадження здоров'язберігаючих технологій. Сама суть цих предметів дозволяє не просто «робити перерву», а вивчати здоров'я як частину наукової картини світу.

Ось декілька прикладів, як це працює в кожній дисципліні.

**Біологія:** *Лабораторія здоров'я* (технологія перетворюється на практичну грамотність):

Вивчення анатомії через себе: при вивченні опорно-рухової системи учні проводять аудит власної постави.

Профілактика інфекцій: під час вивчення теми «Бактерії та віруси» реалізується практичне відпрацювання алгоритму миття рук або правил гігієни.

Харчові звички: проводиться розрахунок калорійності раціону та аналіз складу продуктів (пошук шкідливих Е-добавок).

**Хімія:** *Безпека та екологія* (фокус на безпеці та хімічній грамотності):

Хімічна безпека в побуті: здійснюється вивчення складу миючих засобів, косметики та ліків.

Ароматерапія та реакції: обговорюється використання ефірних олій під час навчального процесу (за відсутності алергій!) для стимуляції мозкової діяльності або заспокоєння.

Екологічний моніторинг: реалізується дослідження якості води чи вмісту нітратів в овочах – це виховує відповідальне ставлення до середовища проживання.

**Фізика:** *Ергономіка та енергія* (розкриваються механізми, які лежать в основі нашого фізичного стану):

Оптика та зір: здійснюється вивчення лінз через аналіз будови ока. Пояснюється, чому важливо мати правильне освітлення та чому синє світло екранів втомлює кришталік.

Акустика: вивчається вплив шуму та навушників на слуховий апарат. Учні розраховують безпечний рівень гучності.

Електромагнітне випромінювання: вивчаються правила користування мобільними телефонами та Wi-Fi роутерами з точки зору фізики.

**Основи здоров'я:** *Інтеграція теорії безпеки та практичних життєвих навичок* (життязбереження та практична грамотність):

Психічне здоров'я та стресостійкість: здійснюється вивчення механізмів виникнення емоцій, опанування технологій саморегуляції (дихальні вправи 4-4-4, заземлення) для миттєвого зниження рівня кортизолу в стресових ситуаціях.

Раціональне харчування та метаболізм: проводиться аналіз енергетичної цінності продуктів та балансу БЖУ (білків, жирів, вуглеводів); вивчення маркування на упаковках (склад, наявність трансжирів, прихованого цукру) для запобігання розладам харчової поведінки та ожиріння.

Безпека життєдіяльності та ергономіка простору: проводиться моделювання безпечного середовища вдома та в закладі освіти; розробка алгоритмів дій під

час екстремальних ситуацій (пожежа, повітряна тривога) для мінімізації паніки.

Профілактика залежностей та соціальний тиск: реалізується дослідження впливу психоактивних речовин на нервову систему; відпрацювання технології «впевненої відмови» (навичка казати «ні»), що захищає від маніпуляцій та руйнівного впливу компанії.

**Висновки та перспективи подальших розвідок напрямку.** Здійснивши теоретичний аналіз проблеми, ми визначили, що існує реальна потреба впровадження здоров'язберігаючих технологій в освітній процес з метою розвитку культури здорового способу життя. Аналіз результатів дослідження довів, що за допомогою навчально-виховної програми впровадження здоров'язберігаючих технологій в освітній процес загальноосвітньої та вищої школи буде ефективним та сприятиме створенню засад правильного й відповідального ставлення молоді до власного здоров'я.

**СПИСОК ДЖЕРЕЛ**

1. Ващенко О., Свириденко С. Здоров'язберігаючі технології: сутнісна характеристика. *Здоров'язберігаючі технології в навчальному закладі*. Київ: Шк. світ, 2009. С. 5–12.
2. Ващенко Г. Загальні методи навчання: підручник для педагогів. К.: Всеукраїнське Педагогічне Товариство ім. Г. Ващенка, 1997. 410 с.
3. Волкова І., Марінушкіна О., Покроєва Л., Рябова З. Становлення шкіл сприяння здоров'ю. Харків: ХОНМІБО, 2007. 40 с.
4. Гінзбург В., Полішко Т., Полушкін П., Гальченко Д. Психолого-педагогічні засади формування здорового способу життя. *Педагогіка здоров'я*: зб. наук.пр. ВНПК. Х.: Арт-прес, 2011. С. 46–52.
5. Гуменюк С. Здоров'язберігаючі технології в системі освіти. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2013. Вип. 26. С. 55–57. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped\\_2013\\_26\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2013_26_18)
6. Єжова О. Здоровий спосіб життя: навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2010. 127 с.
7. Єфімова В. Здоров'язбережувальні технології в системі підготовки майбутніх учителів природничих дисциплін. *Науковий вісник Миколаївського держ. ун-ту імені В.О. Сухомлинського*. 2011. Вип. 1.33. С. 131–134.
8. Зімівець Н. Петрович В., Закусило О. Навчання здоров'я: просвітницька робота з підлітками щодо збереження, розвитку та зміцнення репродуктивного здоров'я: навч.-метод. посіб. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. 360 с.
9. Кравченко Ф., Чабан І. Формування у студентів здорового способу життя на базі волонтерського клубу. *Педагогічний альманах*: зб. наук. праць / ред. кол.: В.В. Кузьменко та ін. Херсон: РІПО, 2007. 264 с.
10. Мостіпака П. Роль здоров'язберігаючої компетентності педагога в умовах сучасного освітнього простору. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. Серія: Педагогічні науки. Вип. 3. Бердянськ: БДПУ, 2017. С. 32–39.
11. Новописьменний С. Інноваційні підходи до створення здоров'язбережувального середовища в освітніх закладах. *Формування здоров'язбережувальних компетентностей сучасної молоді: реалії та перспективи*: збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної конференції / Упоряд. і ред.: В.П. Титаренко, А.М. Хлопов. Полтава: ПНПУ, 2017. С. 16–18.
12. Носко М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія. Київ: СПД Чалчинська Н.В., 2014. 300 с.

13. Носко М., Грищенко С., Носко Ю. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. Київ: «МП Леся», 2013. 160 с.

14. Омельченко Л., Омельченко Л. Здоров'ятворча педагогіка. Харків: Вид. група «Основа», 2008. 176 с.

15. Удич З., Русин Л., Шапаренко І., Грищенко С. Використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому середовищі закладів вищої освіти. *Інноваційна педагогіка*. Вид-во: «Гельветика». Вип. 48. Т. 2, 2022. С. 174–177.

16. Фенчак Л. Формування здоров'язберігаючих компетентностей майбутніх учителів початкових класів як важливої складової їх професійної підготовки. *Вісник ЛНУ ім. Тараса Шевченка*. № 20(231). 4. IV. 2011.

**REFERENCES**

1. Vashchenko, O., Svyrydenko, S. (2009) Zdorov'iazberihaiuchi tekhnologii: sutnisna kharakterystyka. Zdorov'iazberihaiuchi tekhnologii v navchalnomu zakladi [Health-preserving technologies: essential characteristics. Health-preserving technologies in an educational institution]. Kyiv: Shk. svit., S. 5–12 [in Ukrainian]
2. Vashchenko, H. (1997) Zahalni metody navchannia [General teaching methods]: pidruchnyk dlia pedahohiv / H.H. Vashchenko. – K.: Vseukrainske Pedahohichne Tovarystvo im. H. Vashchenka, – 410 s. [in Ukrainian]
3. Volkova, I., Marinushkina, O., Pokroieva, L., Riabova, Z. (2007). Stanovlennia shkil spryannia zdoroviu [The emergence of health-promoting schools]. Kharkiv: KhONMIBO. 40 s. [in Ukrainian]
4. Hinzburh, V., Polishko, T., Polushkin, P. & Halchenko, D. (2011). Psikholoho-pedahohichni zasady formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia [Psychological-pedagogical bases of formation of a healthy way of life]. Zbirnyk naukovykh prats VNPk. Pedahohika zdorovia. Kharkiv, Art-pres Publ. Pp. 46-52. [in Ukrainian]
5. Humeniuk, S. (2013) Zdorov'iazberihaiuchi tekhnologii v systemi osvity. [Health-preserving technologies in the education system]. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seria: Pedahohika. Sotsialna robota. Vyp. 26. S. 55–57. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped\\_2013\\_26\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2013_26_18) [in Ukrainian]
6. Ezhova, O. (2010). Zdorovyi sposib zhyttia [Healthy Lifestyle]. Sumy, Universytetska kniha Publ. 127 p. [in Ukrainian]
7. Efimova, V. (2011). Zdorov'iazberizhuvanni tekhnologii v systemi pidhotovky maibutnih uchyteliv pryrodnychkh dystsyplin [Healthcare-saving technologies in the system of training future teachers of natural sciences]. Naukovyi visnyk Mykolaivskoho derzhavnogo universytetu imeni V. O. Sukhomlynskoho. Issue 1.33. Pp. 131-134. [in Ukrainian]
8. Zymivets, N., Petrovych, V. & Zakusylo, S. (2010). Navchannia zdorovia: prosvitnytska robota z pidlitkami shchodo zberzhennia, rozvytku ta zmitsnennia reproduktyvnoho zdorovia [Health education: Educational work with adolescents on the preservation, development and enhancement of reproductive health]. Lutsk, Volynskiy natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky Publ. 360 p. [in Ukrainian].
9. Kravchenko, I., Chaban, N. (2007). Formuvannia u studentiv zdorovoho sposobu zhyttia na bazi volonteriskoho klubu [Formation of a healthy lifestyle among students based on a volunteer club]. Pedahohichniy almanakh: zb. nauk. prats / red. kol.: V.V. Kuzmenko ta in. Kherson: RIPO. 264 s. [in Ukrainian]
10. Mostipaka, T. (2017). Rol zdorov'iazberihaiuchoi kompetentnosti pedahoha v umovakh suchasnoho osvithnoho prostoru. [The role of a teacher's health-preserving competence in the modern educational environment]. Naukovi zapysky Berdianskoho derzhavnogo pedahohichnoho universytetu. Seria: Pedahohichni nauky. Vyp. 3. Berdiansk: BDPU. S. 32–39. [in Ukrainian]
11. Novopysmennyi, S. (2017). Innovatsiini pidkhody do stvorennya zdorov'iazberizhuvannoho seredovyscha v osvithnikh zakladakh. [Innovative approaches to creating a health-preserving environment in educational institutions] Formuvannia zdorov'iazberizhuvannykh kompetentnosti suchasnoi molodi:

realii ta perspektyvy: zbirnyk naukovykh prats Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii / Uporiad. i red.: V. Tytarenko, A. Khlopov. Poltava : PNP, S. 16–18. [in Ukrainian]

12. Nosko, M. (2014). Zdoroviazberezhuvalni tekhnologii u fizychnomu vykhovanni [Health-preserving technologies in physical education]: monohrafiia. Kyiv: SPD Chalchynska N.V. 300 s. [in Ukrainian]

13. Nosko, M., Hryshchenko, S., Nosko, Yu. (2013). Formuvannya zdorovoho sposobu zhyttia [Formation of a healthy lifestyle]: navchalnyi posibnyk. Kyiv: «MP Lesia», 160 s. [in Ukrainian]

14. Omelchenko, L., Omelchenko, L. (2008). Zdoroviatvorcha pedahohika [Health-creating pedagogy]. Kharkiv: Vyd. hrupa «Osnova». 176 s. [in Ukrainian]

15. Udych, Z., Rusyn, L., Shaparenko, I., Hryshchenko, S. (2022). Vykorystannya zdoroviazberezhuvalnykh tekhnologii v osvithnomu seredovyshchi zakladiv vyshchoi osvity [The use of health-saving technologies in the educational environment of higher education institutions]. Innovatsiina pedahohika. Vyd-vo : «Helvetyka». Vyp. 48. T. 2. S. 174–177. [in Ukrainian]

16. Fenchak, L. (2011). Formuvannya zdoroviazberihaiuchykh kompetentnosti maibutnikh uchyteliv pochatkovykh klasiv yak vazhlyvoi skladovoi yikh profesiinoi pidhotovky [Formation of health-preserving competencies of future primary school teachers as an important component of their professional training]. Visnyk LNU im. Tarasa Shevchenka. № 20(231). 4. IV. [in Ukrainian]

**ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ**

**НАЙДЬОНОВА Галина** – кандидат педагогічних наук, завідувач педагогічною практикою Центрально-українського державного університету імені Володимира Винниченка.

**Наукові інтереси:** методика викладання біологічних дисциплін, формування екологічної компетентності особистості.

**РУДЕНКО Тетяна Володимирівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри природничих наук та методик викладання Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка.

**Наукові інтереси:** проблеми методики викладання валеологічних дисциплін.

**INFORMATION ABOUT THE AUTHORS**

**NAIDONOVA Halyna** – Candidate of Pedagogical Sciences, Head of Teaching Practice in Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University.

**Scientific interests:** methods of teaching Biology, formation of the individual's ecological competence.

**RUDENKO Tetiana** – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Natural Sciences and Teaching Methods Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University.

**Scientific interests:** problems of methodology of teaching valeological disciplines.

Стаття надійшла до редакції 19.03.2026 р.

Стаття прийнята до друку 29.03.2026 р.

УДК 378.147:796:37.091.3

DOI: 10.36550/2415-7988-2026-1-223-849-853

ISSN 2415–7988 (Print) ISSN 2521–1919 (Online)

**МАТВЄЄВ Костянтин** –

спеціаліст першої категорії, голова циклової комісії освіти, фізичної культури і спорту Фахового Коледжу Класичного приватного університету  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0464-3306>  
e-mail: konst6515@gmail.com

**ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ГЕЙМІФІКАЦІЇ:  
ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ**

У статті висвітлено результати експериментальної перевірки педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до застосування гейміфікації в освітньому процесі. Актуальність дослідження зумовлена зростанням інтересу до використання ігрових конструктів у навчанні та необхідністю їх педагогічно доцільного й методично обгрунтованого застосування у професійній підготовці педагогів. Метою статті є висвітлення та аналіз результатів експериментальної перевірки педагогічних умов формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до застосування гейміфікації.

Зазначену готовність розглянуто як інтегративну професійну характеристику, що поєднує мотиваційно-ціннісний, інформаційно-когнітивний, професійно-діяльнісний і креативно-рефлексивний компоненти. Її формування здійснювалося через реалізацію педагогічних умов структурно-функціональної моделі, зокрема цілеспрямованого проєктування підготовки, упровадження навчально-методичного пакета та організації позааудиторної практики гейміфікації. У дослідженні взяли участь 64 студенти, яких було розподілено на експериментальну та контрольну групи.

Оцінювання сформованості готовності здійснювалося на основі розробленої критеріально-показникової матриці та передбачало визначення трьох рівнів її сформованості: базового, функціонально-інтегрованого та креативно-інноваційного. Для аналізу отриманих даних застосовано методи порівняння пропорцій, зокрема  $\phi^*$ -критерій Фішера та критерій Мак-Немара. Контрольний етап експерименту засвідчив статистично значуще зростання частки студентів із креативно-інноваційним рівнем готовності в експериментальній групі. Проведене дослідження підтверджує ефективність визначених педагогічних умов та доводить доцільність системної інтеграції гейміфікації у професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури.

**Ключові слова:** професійна підготовка вчителя, майбутні учителі фізичної культури, гейміфікація, готовність до застосування гейміфікації, педагогічні умови, педагогічний експеримент.

**МАТВЄЄВ Костянтин** –

First Category Specialist,  
Head of the Cycle Commission of Education,  
Physical Culture and Sports of the  
Professional College of the Classical Private University  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0464-3306>  
e-mail: konst6515@gmail.com