



## ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА

УДК 378:613.96-024.84(045)

DOI <https://doi.org/10.5281/zenodo.20437913>

### Цифровізація здоров'язбережувальної діяльності у ЗВО: роль персонального веб-ресурсу викладача у фаховій підготовці педагога

**Бойченко Артем Васильович,**

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення, Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, провулок Руставелі, 7, м. Харків, Україна, <https://orcid.org/0000-0002-3143-7008>

**Прийнято: 13.05.2026 | Опубліковано: 29.05.2026**

***Анотація:** У статті розглядається цифровізація здоров'язбережувальної діяльності у закладах вищої освіти та обґрунтовується роль персонального веб-ресурсу викладача у фаховій підготовці майбутніх педагогів. Акцентується увага на тому, що в умовах сучасних освітніх трансформацій цифрові інструменти стають невід'ємною складовою формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів освіти.*

*Розкрито сутність цифровізації як багатовимірного процесу, що охоплює інформаційний, комунікаційний, організаційний та аналітичний компоненти освітньої діяльності. Персональний веб-ресурс викладача визначено як інтегративну платформу, що забезпечує доступ до навчально-методичних матеріалів, підтримує самостійну роботу студентів, сприяє розвитку їхньої цифрової грамотності та мотивації до здорового способу життя.*

*Охарактеризовано основні функції персонального веб-ресурсу викладача: інформаційну, освітню, комунікативну, організаційну та мотиваційну.*



*Підкреслено, що його використання дозволяє забезпечити безперервність освітнього процесу, індивідуалізацію навчання та ефективну взаємодію між викладачем і здобувачами освіти.*

*Визначено, що цифровізація здоров'язбережувальної діяльності сприяє формуванню у майбутніх педагогів цілісної здоров'язбережувальної компетентності, яка поєднує знання, практичні вміння, ціннісні орієнтації та здатність до рефлексії. Показано, що персональний веб-ресурс викладача виступає дієвим інструментом інтеграції теоретичної та практичної складових професійної підготовки.*

*Зроблено висновок про доцільність активного впровадження персональних веб-ресурсів викладачів у систему вищої педагогічної освіти як умови підвищення якості професійної підготовки майбутніх педагогів та формування їхньої здоров'язбережувальної і цифрової компетентності.*

***Ключові слова:** цифровізація освіти, здоров'язбережувальна діяльність, вища педагогічна освіта, персональний веб-ресурс викладача, цифрові технології, здоров'язбережувальна компетентність, професійна підготовка, цифрове освітнє середовище, педагогічна діяльність, цифрова грамотність.*

## **Digitalization of health-preserving activities in higher education institutions: the role of a teacher's personal web resource in professional training of a teacher**

**Artem Boichenko,**

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports Improvement, Municipal Institution "Kharkiv Humanitarian and Pedagogical Academy" of the Kharkiv Regional Council, Rustaveli Lane, 7, Kharkiv, Ukraine, <https://orcid.org/0000-0002-3143-7008>



**Abstract:** *The article examines the digitalization of health-preserving activities in higher education institutions and justifies the role of the teacher's personal web resource in the professional training of future teachers. The emphasis is on the fact that in the conditions of modern educational transformations, digital tools are becoming an integral part of the formation of health-preserving competence of students.*

*The essence of digitalization as a multidimensional process that encompasses the information, communication, organizational and analytical components of educational activities is revealed. The teacher's personal web resource is defined as an integrative platform that provides access to educational and methodological materials, supports independent work of students, promotes the development of their digital literacy and motivation for a healthy lifestyle.*

*The main functions of the teacher's personal web resource are characterized: informational, educational, communicative, organizational and motivational. It is emphasized that its use allows to ensure the continuity of the educational process, individualization of learning and effective interaction between the teacher and students.*

*It is determined that the digitalization of health-saving activities contributes to the formation of holistic health-saving competence in future teachers, which combines knowledge, practical skills, value orientations and the ability to reflect. It is shown that the teacher's personal web resource is an effective tool for integrating theoretical and practical components of professional training.*

*The conclusion is made about the expediency of actively implementing personal web resources of teachers in the system of higher pedagogical education as a condition for improving the quality of professional training of future teachers and the formation of their health-saving and digital competence.*

**Keywords:** *digitalization of education, health-preserving activities, higher pedagogical education, personal web resource of the teacher, digital technologies,*



*health-preserving competence, professional training, digital educational environment, pedagogical activities, digital literacy.*

**Постановка проблеми.** Сучасний розвиток вищої освіти характеризується активною цифровою трансформацією, що охоплює всі сфери освітнього процесу, включаючи здоров'язбережувальну діяльність. У закладах вищої освіти (ЗВО) зростає потреба у формуванні у студентів-педагогів компетентностей щодо збереження здоров'я в умовах інтенсивного інформаційного навантаження, стресових факторів та змішаного навчання.

Водночас, існує суперечність між потенціалом цифрових технологій у формуванні здоров'язбережувального середовища та недостатнім рівнем їх системного впровадження в освітню практику викладача. Особливо актуальною є проблема використання персональних веб-ресурсів викладачів як інструменту інтеграції здоров'язбереження у професійну підготовку майбутніх педагогів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасній науковій літературі проблема формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів розглядається в контексті цифровізації освіти та модернізації професійної підготовки. Дослідники наголошують, що цифрові технології змінюють не лише організацію освітнього процесу, але й підходи до забезпечення здоров'язбережувальної діяльності у закладах вищої освіти.

Зокрема, у працях, присвячених формуванню готовності майбутніх учителів до реалізації здоров'язбережувальної компетентності в умовах цифрової трансформації освіти, підкреслюється необхідність інтеграції цифрових інструментів у професійну підготовку педагога. Зазначається, що цифровізація сприяє розширенню можливостей навчання, однак водночас потребує переосмислення змісту здоров'язбережувальної освіти [6, с.210].

У дослідженнях, що стосуються використання цифрових платформ для формування здоров'язбережувальних компетентностей здобувачів освіти,



доведено їх позитивний вплив на мотивацію до здорового способу життя, активізацію самостійної роботи студентів та підвищення ефективності освітнього процесу [11, с.137].

Водночас у наукових працях звертається увага на ризики цифровізації, зокрема негативний вплив надмірного використання цифрових технологій на фізичний та психоемоційний стан студентської молоді. Підкреслюється необхідність дотримання балансу між цифровими освітніми технологіями та збереженням здоров'я здобувачів освіти [3].

Окремий блок досліджень присвячено загальним тенденціям цифровізації освіти в умовах сучасних соціальних викликів. У них розглядається роль цифрових технологій як фактора забезпечення безперервності освітнього процесу, підвищення його доступності та адаптивності до кризових умов [4].

Значна увага приділяється також здоров'язберезувальним технологіям у закладах вищої освіти, які розглядаються як складова безпеки життєдіяльності студентів. У цих дослідженнях обґрунтовується необхідність впровадження системних підходів до збереження фізичного та психічного здоров'я здобувачів освіти [2]. У наукових працях, присвячених проблемі оцінювання ефективності здоров'язберезувальних технологій, зазначається складність об'єктивного вимірювання їх результативності та необхідність удосконалення діагностичних інструментів. Важливим напрямом досліджень є також інтеграція здоров'язберезувальних підходів в інклюзивне освітнє середовище, що розширює можливості їх застосування для різних категорій здобувачів освіти.

Таким чином, аналіз сучасних досліджень свідчить про значний інтерес до проблеми здоров'язбереження в умовах цифровізації освіти. Водночас недостатньо дослідженим залишається питання використання персонального веб-ресурсу викладача як інтегративного інструменту цифрової здоров'язберезувальної діяльності у фаховій підготовці майбутніх педагогів.



**Формулювання цілей статті (постановка завдання):** Метою статті є обґрунтування ролі персонального веб-ресурсу викладача у цифровізації здоров'язбережувальної діяльності у ЗВО та визначення його значення у фаховій підготовці майбутнього педагога.

Завдання дослідження:

- проаналізувати сутність цифровізації здоров'язбережувальної діяльності;
- визначити функції персонального веб-ресурсу викладача;
- обґрунтувати його роль у формуванні здоров'язбережувальної компетентності студентів;
- окреслити педагогічні можливості його використання..

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сучасні умови розвитку освіти характеризуються активним впровадженням цифрових технологій, що змінюють характер взаємодії між викладачем і студентом. У цьому контексті персональний веб-ресурс викладача виступає важливим елементом цифрового освітнього середовища. Його основні функції у здоров'язбережувальній діяльності:

- інформаційна (розміщення матеріалів щодо здорового способу життя, профілактики стресу, режиму навчання);
- освітня (доступ до методичних рекомендацій, інтерактивних курсів);
- профілактична (формування поведінкових моделей здоров'язбереження);
- комунікативна (зворотний зв'язок зі студентами);
- мотиваційна (підтримка здоров'язбережувальної активності студентів)

[12].

У дослідженнях підкреслюється проблематика формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів освіти в умовах цифровізації освітнього процесу. Доведено, що результативність цього процесу значною мірою визначається не лише рівнем особистісної здоров'язбережувальної компетентності педагога, а передусім його професійною готовністю до



цілеспрямованого педагогічного впливу в цифровому освітньому середовищі. Виявлено наявність науково-практичного розриву між теоретичним осмисленням і практичною реалізацією здоров'язбережувальних підходів в освіті, що особливо загострюється в умовах дистанційного та змішаного навчання. На основі аналізу сучасних наукових джерел та освітньої практики визначено ключові напрями формування готовності педагога до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів, а саме: теоретико-методологічний, методико-технологічний, аксіологічно-мотиваційний та рефлексивно-моніторинговий [10].

Обґрунтовано, що інтеграція зазначених напрямів забезпечує цілісність професійної підготовки вчителя, поєднання знаннєвого, діяльнісного, ціннісного та рефлексивного компонентів, а також створює умови для системного впровадження здоров'язбережувальних практик у цифровому освітньому середовищі. Встановлено, що в умовах активної цифровізації, розвитку дистанційних і змішаних форм навчання, а також сучасних суспільних викликів, зокрема воєнного стану, здоров'язбережувальна діяльність педагога набуває нових змістових і технологічних характеристик. Це зумовлює необхідність переходу від формального засвоєння принципів здоров'язбереження до формування у майбутніх учителів методичної та проєктувальної готовності до створення безпечного, етично відповідального та психологічно комфортного цифрового освітнього середовища [6, с.210].

У результаті теоретичного аналізу проблеми встановлено, що цифрові платформи є вагомим ресурсом оновлення професійної підготовки здобувачів спеціальності «Фізична культура і спорт» та мають значний педагогічний потенціал у процесі формування їхніх здоров'язбережувальних компетентностей. Їх застосування розширює освітній простір, забезпечуючи поєднання інформаційних, аналітичних і комунікативних можливостей цифрового середовища з практичною руховою діяльністю, що узгоджується із



сучасними тенденціями цифровізації освіти та суспільного розвитку. Виявлено, що використання цифрових платформ позитивно впливає на всі структурні компоненти здоров'язберезувальної компетентності. На мотиваційно-ціннісному рівні вони підвищують інтерес здобувачів до власного фізичного розвитку, формують усвідомлене ставлення до здоров'я та підтримують стійку мотивацію до систематичної рухової активності завдяки механізмам зворотного зв'язку, візуалізації результатів і соціальної взаємодії [9].

На когнітивному рівні цифрові ресурси забезпечують доступ до різнопланового науково обґрунтованого контенту, сприяють систематизації знань щодо фізіологічних основ рухової діяльності, профілактики захворювань і безпечної організації фізичних вправ [13].

На операційно-діяльнісному рівні цифрові платформи сприяють формуванню практичних умінь самоконтролю фізичного стану, планування та корекції навантажень, а також добору адекватних засобів рухової активності з урахуванням індивідуальних особливостей. Водночас вони створюють передумови для розвитку рефлексивних умінь, зокрема аналізу динаміки власних результатів, оцінювання ефективності оздоровчих заходів і усвідомлення взаємозв'язку між способом життя та станом здоров'я [8].

Таким чином, цифрові інструменти забезпечують інтеграцію теоретичних знань і практичного досвіду, сприяють індивідуалізації рухової активності та формуванню свідомої здоров'язберезувальної поведінки. Встановлено, що ефективність використання цифрових платформ визначається дотриманням комплексу педагогічних умов, серед яких провідними є цілеспрямована методична діяльність викладачів, інтеграція цифрових і традиційних форм навчання, формування цифрової культури та відповідального ставлення до використання технологій. Лише за умови педагогічно обґрунтованого поєднання онлайн-ресурсів із практичними заняттями з фізичної культури і спорту цифрові



платформи виконують функцію підтримки, а не заміщення рухової активності, що є принципово важливим для забезпечення здоров'язбереження [11, с.140].

Здоров'язбережувальна компетентність майбутнього педагога фізичного виховання в умовах війни та кризових викликів виходить за межі суто педагогічної категорії та набуває статусу життєво необхідної навички (survival skill). Вона стає базовою умовою збереження генофонду нації та відновлення людського потенціалу України. Кризові обставини істотно змінюють структуру цієї компетентності, зміщуючи акценти на розвиток психологічної стійкості, навичок тактичної медицини, безпеки життєдіяльності та цифрової грамотності. У цих умовах сучасний учитель постає як фахівець із фізичного та ментального здоров'я, здатний ефективно діяти в гібридних освітніх форматах [7].

Інтеграція цифрових технологій, зокрема VR/AR-середовищ, мобільних застосунків і хмарних сервісів, розглядається як безальтернативний напрям розвитку галузі. Вони дають змогу подолати обмеження дистанційного навчання, забезпечити більш об'єктивний моніторинг освітніх і фізичних показників, а також підвищити мотивацію здобувачів освіти до активної рухової діяльності [1, 14].

Узагальнення результатів дослідження свідчить, що цифровізація здоров'язбережувальної діяльності у ЗВО та посилення ролі персонального веб-ресурсу викладача у фаховій підготовці педагога є взаємопов'язаними процесами, що визначають якісно новий рівень організації освітнього середовища. Персональний веб-ресурс викладача виступає інтегративною платформою, яка забезпечує систематизацію навчально-методичних матеріалів, оперативну комунікацію зі здобувачами освіти, а також підтримку їхньої здоров'язбережувальної активності. Установлено, що використання такого ресурсу сприяє формуванню у майбутніх педагогів цілісного уявлення про здоров'язбереження як складову професійної компетентності, забезпечує доступ до актуальних цифрових інструментів та стимулює самостійну навчально-



пізнавальну діяльність. Крім того, веб-ресурс викладача виконує мотиваційну, інформаційну та організаційну функції, створюючи умови для безперервного освітнього процесу та індивідуалізації навчання [5].

Таким чином, цифровізація здоров'язбережувальної діяльності у ЗВО через використання персонального веб-ресурсу викладача підвищує ефективність професійної підготовки майбутніх педагогів, сприяє формуванню їхньої цифрової та здоров'язбережувальної компетентності, а також забезпечує адаптацію освітнього процесу до сучасних соціальних і технологічних викликів.

**Висновки.** Системний підхід до здоров'язбереження у вищій педагогічній освіті передбачає інтеграцію цифрових технологій у всі компоненти освітнього процесу. Персональний веб-ресурс викладача виступає ефективним інструментом формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів, забезпечуючи інформаційну підтримку, профілактику стресових станів та розвиток культури здоров'я. Отже, цифровізація здоров'язбережувальної діяльності сприяє підвищенню якості професійної підготовки, формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я здобувачів освіти, а також модернізації освітнього середовища ЗВО.

### Список використаних джерел

1. Беляєв С.Б., Корсікова К., Суоров О.А. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів фізичного виховання в сучасних кризових умовах. *Академічні візії*. 2025. Вип.48. С.210–214. DOI: <https://doi.org/10.32626/2307-4507.2025-31.210-214>. URL: <https://www.academy-vision.org/index.php/av/article/view/2586>
2. Бородіна О. С., Гусаревич О.В. Здоров'язберігальні технології в освітньому процесі закладу вищої освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 1(76). С. 84 – 88. DOI:



<https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.76-1.15>.

URL:

<https://eprints.zu.edu.ua/45222/>.

3. Грищенко С.В., Бужина І.В., Шапаренко І.Є. Проблема об'єктивного оцінювання в процесі використання здоров'язбережувальних технологій у вищій школі. *Вісник Національного університету Чернігівський колегіум імені Т.Г. Шевченка*. 2022. Випуск. 173(17). С. 15–21. DOI: 10.5281/zenodo.7079968

4. Губарь О., Васюк Ю. Здоров'язбережувальні технології в контексті інклюзивного освітнього середовища ЗВО. *Українська професійна освіта*. 2025. № 18. С.45–54. DOI: <https://doi.org/10.33989/2519-8254.2025.18.347627>

5. Єременко Н.П., Кононенко О.О., Щур Я.О. Особливості програмування занять силовим фітнесом для юнаків 15–17 років. *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*. Харків, 2021. № 6(1). С. 46–54. DOI: [https://doi.org/10.15391/prrht.2021-6\(1\).08](https://doi.org/10.15391/prrht.2021-6(1).08)

6. Кобилянський О., Шостацька М. Формування готовності майбутніх вчителів до формування здоров'язбережувальної компетентності в умовах цифровізації освіти. *Збірник наукових праць Кам'янець-подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Серія педагогічна. 2025. Вип.31. С. 210-214. <https://ped-series.kpnu.edu.ua/article/view/353139>.

7. Косинський Е., Дишко О., Сітовський А. Програмування фізичного виховання студентів із використанням національних одноборств. *Академічний студії*. 2024. №4. С.29–35. DOI: <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2024.4.5>

8. Моца А.А. Здоров'язбережувальні освітні технології в підготовці здобувачів вищої освіти як складова безпеки життєдіяльності ЗВО. *Physical culture and sport: scientific perspective*. 2025. № 2. С.345–352. DOI:<https://doi.org/10.31891/pcs.2025.2.44>

9. Пивоваров О.В. Запровадження компетентнісного підходу до здоров'язбереження у системі вищої освіти. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*. 2023. № 78. С. 5–12. DOI: <https://doi.org/10.32820/2074-8922-2023-78-5-12>



10. Сукач О., Бондаренко В., М'якота О., Літвінов П. Фізичне виховання в системі профілактики стресу та збереження здоров'я студентської молоді. *Витоки педагогічної майстерності*. 2025. Вип. 35. С. 214–217. DOI: <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2025.35.331174>
11. Топольник Я. Використання цифрових платформ для формування здоров'язбережувальних компетентностей здобувачів спеціальності «Фізична культура і спорт». *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2026. Вип. (1 (109)). С. 137-147. DOI: [https://doi.org/10.31865/2077-1827.1\(109\)2026.353702](https://doi.org/10.31865/2077-1827.1(109)2026.353702)
12. Хоменко П.В., Фастівець А.В. Впровадження здоров'язбережувальних технологій у закладах вищої освіти на засадах педагогічного моделювання. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2024. № 6 (140). С. 52–62 DOI: [10.24139/2312-5993/2024.06/052-062](https://doi.org/10.24139/2312-5993/2024.06/052-062)
13. Цуркан М., Лясковська А.Х., Харовська І. Здоров'язбережувальна компетентність педагога як основа компетентнісного підходу в сучасному освітньому процесі. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2025. №14. С.1–14. DOI:<https://doi.org/10.5281/zenodo.14834426>
14. Шапаренко Х., Бакуменко Т., Жулід М. Специфіка формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої педагогічної освіти. *Педагогічна Академія: наукові записки*. 2024. №1. С. 1–9 DOI:<https://doi.org/10.5281/zenodo.14179426>