

shortcomings in the modern system of their training. The current state of the problem under study in pedagogical theory and practice is analyzed, key contradictions between the need of society for specialists of a new type and the insufficient level of their professional preparedness are outlined. Promising directions for improving the educational process in higher education institutions are identified. Pedagogical conditions for the effective formation of the readiness of future trainers to use physiotherapy tools are proposed, including the integration of theoretical and practical training, the introduction of innovative teaching methods and the strengthening of a practice-oriented approach. A model of the formation of readiness is developed, which reflects the relationship of its components and can be used in the process of professional training of future specialists in the field of physical culture and sports.

Key words: *readiness of future specialists, readiness of future trainers for professional rehabilitation activities, physiotherapy, professional training, future trainers, rehabilitation activities, pedagogical conditions, physical culture.*

УДК 378.147:796:613

Алла Капітон

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ORCID ID 0000-0002-7845-0883

DOI 10.24139/2312-5993/2025.06/301-309

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

У статті здійснено теоретичне осмислення сутності здоров'язберезувальних технологій та окреслено особливості їх застосування в освітньому процесі підготовки фахівців фізичної культури і спорту. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю підвищення якості професійної підготовки фахівців, здатних реалізовувати здоров'язберезувальні підходи у професійній діяльності в умовах сучасних соціальних викликів. Увагу зосереджено на наукових підходах до трактування поняття «здоров'язберезувальні технології», розкрито їх зміст, основні функції та значення в системі вищої освіти. Визначено, що здоров'язберезувальні технології є цілісною системою організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних, фізкультурно-оздоровчих і соціально орієнтованих заходів, спрямованих на збереження, зміцнення та підтримання фізичного, психічного і соціального благополуччя особистості. У статті охарактеризовано основні групи здоров'язберезувальних технологій, проаналізовано особливості їх інтеграції у зміст навчальних дисциплін, а також обґрунтовано доцільність використання інтерактивних методів навчання, зокрема тренінгів, кейс-методів, ділових ігор, моделювання професійних ситуацій і проєктної діяльності. З'ясовано, що ефективність застосування здоров'язберезувальних технологій у процесі підготовки фахівців фізичної культури і спорту забезпечується поєднанням системного, компетентнісного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів. Водночас виокремлено низку проблем, що ускладнюють їх запровадження в освітній процес, зокрема недостатній рівень методичного забезпечення, обмеженість ресурсів, недостатню інтегрованість у зміст освітніх програм та відсутність чітких критеріїв оцінювання сформованості здоров'язберезувальної компетентності. Зроблено висновок, що

здоров'язберезувальні технології є важливим складником професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту та потребують подальшого наукового обґрунтування і практичного вдосконалення.

Ключові слова: *здоров'язберезувальні технології, фахівці фізичної культури і спорту, професійна підготовка, освітній процес, здоров'язберезувальна компетентність, здоровий спосіб життя, інтерактивні методи навчання, освітнє середовище.*

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства проблема збереження та зміцнення здоров'я населення набуває стратегічного значення, оскільки здоров'я виступає не лише індивідуальною, а й суспільною цінністю, що визначає якість життя та соціально-економічний потенціал держави. Загострення негативних тенденцій у стані здоров'я молоді, зниження рівня фізичної активності, поширення психоемоційних перевантажень актуалізують потребу в підготовці фахівців, здатних ефективно реалізовувати здоров'язберезувальні підходи у професійній діяльності.

Особливої ваги зазначена проблема набуває у сфері фізичної культури і спорту, де фахівці покликані не лише організовувати рухову активність, а й формувати у різних категорій населення ціннісне ставлення до здоров'я. Водночас аналіз освітньої практики свідчить про наявність суперечності між необхідністю підготовки таких фахівців і недостатнім рівнем упровадження здоров'язберезувальних технологій у зміст професійної підготовки. Це зумовлює потребу в науковому осмисленні означеної проблематики та пошуку ефективних шляхів її розв'язання.

Аналіз актуальних досліджень. Проблема збереження та зміцнення здоров'я учасників освітнього процесу посідає одне з провідних місць у сучасній педагогічній науці. Це зумовлено як загостренням соціальних і психофізіологічних викликів, так і необхідністю забезпечення якісної професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту. У наукових дослідженнях вітчизняних учених (Ващенко, Свириденко, 2008, с. 111; Дубогай, 2014, с. 96; Москаленко, 2015, с. 187; Рибалко, 2021, с. 88; Плачинда зі співавт., 2024, с. 13) значну увагу приділено теоретичному обґрунтуванню сутності здоров'язберезувальних технологій, визначенню їх змісту, функцій і можливостей застосування в освітньому процесі.

У сучасних педагогічних дослідженнях здоров'язберезувальні технології розглядаються як комплекс педагогічних, організаційних та медико-профілактичних заходів, спрямованих на формування, збереження та зміцнення фізичного, психічного і соціального здоров'я

здобувачів освіти (Рибалко, 2021, с. 99). Вони передбачають створення відповідного освітнього середовища, розвиток культури здоров'я та формування навичок здорового способу життя.

Важливим є положення, сформульоване І. Д. Бехом (2015, с. 11), відповідно до якого ефективне виховання здорової особистості можливе лише за умови створення середовища, що сприяє збереженню і зміцненню здоров'я молоді. Це підкреслює значущість організації освітнього процесу на засадах здоров'язбереження.

Аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури, зокрема праць О. О. Лаврентьевої (2018, с. 169) свідчить, що ефективність діяльності у сфері збереження та зміцнення здоров'я значною мірою залежить від рівня підготовки фахівців. Саме сформованість відповідних знань, умінь і компетентностей визначає здатність реалізовувати здоров'язбережувальні підходи в освітньому процесі.

У наукових працях здоров'язбережувальні технології також трактуються як сукупність форм, засобів і методів, спрямованих на досягнення оптимальних результатів у підтримці фізичного, психічного та соціального благополуччя особистості й формуванні здорового способу життя (Москаленко, 2015, с. 114; Плачинда зі співавт., 2024, с. 14). У цьому контексті вони розглядаються як важливий інструмент організації освітнього процесу з урахуванням індивідуальних особливостей здобувачів освіти.

Значна частина досліджень присвячена проблемі формування здоров'язбережувальної компетентності як важливого результату професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту. У працях Л. М. Рибалко, Т. С. Плачинди, Т. Ю. Гулько (2024, с. 15) розкрито концептуальні засади її формування, визначено зміст і методи реалізації здоров'язбережувальних технологій у навчальному процесі. Наголошується на необхідності поєднання теоретичної підготовки з практичною діяльністю, що забезпечує здатність ефективно застосовувати відповідні технології у професійній сфері.

У дослідженнях Н. В. Москаленко (2015, с. 76) здоров'язбережувальні технології розглядаються як важливий компонент формування професійних компетентностей фахівців фізичної культури і спорту, що сприяє розвитку мотивації до здорового способу життя та готовності до використання оздоровчих методик у професійній діяльності. Окремі аспекти формування здатності до застосування таких технологій розкрито у працях О. Д. Дубогай (2014, с. 35), де

підкреслюється необхідність поетапної підготовки фахівців із урахуванням формування відповідних знань, умінь і практичних навичок

Сучасні дослідники (Башавець, 2020, с. 77; Завидовська, Завидовська, 2020, с. 170; Рибалко, Йопа, 2020, с. 363) також акцентують увагу на необхідності інтеграції здоров'язбережувальних технологій у систему професійної підготовки як важливої складової формування безпечного освітнього середовища та забезпечення життєдіяльності особистості.

Водночас, попри значну кількість наукових праць, проблема ефективного впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес залишається недостатньо розробленою. Зокрема, актуальним є пошук дієвих методів і форм організації освітнього процесу, що забезпечують формування здатності до застосування таких технологій у професійній діяльності фахівців фізичної культури і спорту.

Таким чином, результати аналізу наукових досліджень свідчать про актуальність і багатоаспектність проблеми застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі та обґрунтовують необхідність її подальшого теоретичного осмислення і практичного вдосконалення.

Мета статті – теоретично обґрунтувати сутність здоров'язбережувальних технологій та визначити особливості їх застосування в освітньому процесі підготовки фахівців фізичної культури і спорту.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети використано методи аналізу, синтезу, узагальнення, систематизації та порівняльного аналізу наукових джерел.

Виклад основного матеріалу. Здоров'язбережувальні технології у сучасній педагогічній науці розглядаються як цілісна система організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних і фізкультурно-оздоровчих заходів, спрямованих на забезпечення оптимальних умов функціонування та розвитку особистості в освітньому середовищі. Їх сутність полягає у створенні такого освітнього простору, який не лише не завдає шкоди здоров'ю, а й сприяє його зміцненню та гармонійному розвитку особистості. В умовах сучасних соціальних викликів та зростання вимог до професійної підготовки фахівців роль здоров'язбережувальних технологій істотно посилюється, оскільки вони виступають важливим чинником забезпечення якості освіти та формування конкурентоспроможного фахівця.

Концептуальною основою здоров'язберезувальних технологій є ідея інтеграції фізичного, психічного та соціального компонентів здоров'я, що забезпечує комплексний підхід до формування здорового способу життя. У цьому контексті особливого значення набуває принцип системності, який передбачає взаємозв'язок усіх елементів освітнього процесу, спрямованих на досягнення здоров'язберезувального ефекту. Водночас реалізація цього принципу потребує узгодженості змісту навчання, методів і форм організації освітнього процесу, а також створення відповідного освітнього середовища. Узагальнення наукових підходів дозволяє виокремити основні групи здоров'язберезувальних технологій, кожна з яких виконує специфічні функції у процесі професійної підготовки фахівців. Організаційно-педагогічні технології забезпечують раціональне планування навчального процесу, оптимізацію навчального навантаження та створення безпечного освітнього середовища. Психолого-педагогічні технології спрямовані на формування сприятливого психологічного клімату, розвиток емоційної стійкості та профілактику стресових станів. Фізкультурно-оздоровчі технології передбачають активне використання засобів фізичної культури з метою підвищення рівня фізичної підготовленості та зміцнення здоров'я. Соціально орієнтовані технології сприяють формуванню культури здоров'я та відповідального ставлення до власного здоров'я, що є важливою складовою професійної компетентності фахівців фізичної культури і спорту.

Ефективність застосування здоров'язберезувальних технологій визначається їх інтеграцією у зміст професійної підготовки, що передбачає включення відповідних тем і модулів у навчальні дисципліни, а також реалізацію міждисциплінарного підходу, який забезпечує цілісність і системність знань. Особливого значення набуває використання інтерактивних методів навчання, що сприяють активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти та формуванню професійної компетентності. До таких методів належать тренінги, кейс-методи, ділові ігри, моделювання професійних ситуацій, проєктна діяльність. Їх застосування забезпечує тісний зв'язок теоретичних знань із практичною діяльністю, сприяє розвитку критичного мислення, самостійності та здатності до прийняття обґрунтованих рішень у професійній сфері. У сучасній педагогічній теорії та практиці впровадження здоров'язберезувальних технологій здійснюється на основі різних наукових підходів, серед яких провідними є системний, компетентнісний, діяльнісний та особистісно орієнтований. Кожен із

них відображає певний аспект організації освітнього процесу та має власну науково-практичну цінність.

Системний підхід передбачає розгляд здоров'язбережувальних технологій як цілісної системи, де всі компоненти освітнього процесу взаємопов'язані та спрямовані на досягнення єдиного результату – збереження і зміцнення здоров'я здобувачів освіти. Компетентнісний підхід орієнтований на формування здоров'язбережувальної компетентності як інтегрального результату підготовки, що включає знання, уміння, цінності та готовність до професійної діяльності. Діяльнісний підхід акцентує увагу на практичному досвіді та активному залученні здобувачів освіти до різних видів діяльності, зокрема через інтерактивні методи навчання. Особистісно орієнтований підхід забезпечує врахування індивідуальних особливостей, потреб і можливостей здобувачів освіти, сприяє формуванню внутрішньої мотивації до здорового способу життя та саморозвитку.

Порівняльний аналіз зазначених підходів свідчить, що системний підхід забезпечує цілісність і узгодженість освітнього процесу, однак потребує значного організаційного ресурсу; компетентнісний підхід орієнтує на результат і практичну готовність, але залежить від ефективності методичного забезпечення; діяльнісний підхід забезпечує високий рівень практикоорієнтованості, проте є ресурсозатратним; особистісно орієнтований підхід сприяє індивідуалізації навчання, але ускладнюється в умовах масової освіти. Узагальнення результатів порівняння дає підстави стверджувати, що найбільш ефективним є інтегративний підхід, який поєднує елементи зазначених підходів і забезпечує комплексне впровадження здоров'язбережувальних технологій у процес професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту. Такий підхід дозволяє поєднати системність організації освітнього процесу, орієнтацію на результат, практичну спрямованість навчання та індивідуалізацію підготовки.

Водночас у процесі впровадження здоров'язбережувальних технологій виникає низка проблем, пов'язаних із недостатнім рівнем методичного забезпечення, обмеженістю ресурсів та недостатньою підготовленістю педагогічних кадрів. Крім того, спостерігається недостатня інтегрованість таких технологій у зміст освітніх програм та відсутність чітких критеріїв оцінювання рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Отже, здоров'язбережувальні технології є важливим складником освітнього процесу підготовки фахівців фізичної культури і спорту, оскільки спрямовані на збереження, зміцнення та підтримання фізичного, психічного і соціального здоров'я здобувачів освіти. Їх сутність полягає у комплексному поєднанні організаційно-педагогічних, психолого-педагогічних, фізкультурно-оздоровчих і соціально орієнтованих заходів, що забезпечують формування культури здоров'я та готовності до реалізації здоров'язбережувальних підходів у професійній діяльності.

Ефективність застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі значною мірою залежить від їх системної інтеграції у зміст професійної підготовки, використання міждисциплінарного підходу та впровадження інтерактивних методів навчання. Обґрунтовано, що найбільшу результативність забезпечує інтегративний підхід, який поєднує системний, компетентнісний, діяльнісний та особистісно орієнтований підходи.

Разом із тим виявлено основні проблеми, що ускладнюють впровадження здоров'язбережувальних технологій у процес підготовки фахівців фізичної культури і спорту, зокрема недостатнє методичне забезпечення, обмеженість ресурсів, фрагментарність впровадження у зміст освітніх програм і відсутність чітких критеріїв оцінювання сформованості здоров'язбережувальної компетентності. Це зумовлює необхідність подальшого наукового осмислення та вдосконалення підходів до організації освітнього процесу. У зв'язку з цим актуальним є розроблення та практичне впровадження науково обґрунтованого методичного забезпечення застосування здоров'язбережувальних технологій у підготовці фахівців фізичної культури і спорту, уточнення критеріїв та показників оцінювання сформованості здоров'язбережувальної компетентності, а також розширення можливостей використання інноваційних та інтерактивних методів навчання в освітньому процесі закладів вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА

- Башавець, Н. А. (2020). Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15, 4 (23), 76–81 (Bashavets, N. A. (2020). Health-preserving technologies in physical education. *Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov*. Series 15, 4 (23), 76–81).
- Бех, І. Д. (2015). Особистість у контексті орієнтирів розвивального виховання. *Інноватика у вихованні*, 1, 7–13 (Bekh, I. D. (2015). Personality in the context of developmental education guidelines. *Innovation in Education*, 1, 7–13).

- Ващенко, О. М., Свириденко, С. О. (2008). *Здоров'язберезувальні технології в загальноосвітніх навчальних закладах*. Київ: Літера ЛТД. (Vashchenko, O. M., Svyrydenko, S. O. (2008). *Health-preserving technologies in general secondary education institutions*. Kyiv: Litera LTD).
- Дубогай, О. Д. (2014). *Формування здоров'язберезувального освітнього середовища у закладах освіти*. Київ: Шкільний світ (Dubohai, O. D. (2014). *Formation of a health-preserving educational environment in educational institutions*. Kyiv: Shkilnyi svit).
- Завидовська, Н. Н., Завидовська, О. І. (2020). Соціальна потреба у формуванні здоров'язберезувального стилю поведінки студентів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15, 3К (123), 168–172 (Zavydovska, N. N., Zavydovska, O. I. (2020). Social need for the formation of health-preserving behavioral style of students. *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov*. Series 15, 3K (123), 168–172).
- Лаврентьева, О. О. (2018). Підходи до профілактичної роботи зі студентами в контексті збереження й зміцнення здоров'я, формування навичок безпечної поведінки. *Фізична реабілітація та здоров'язберезувальні технології: реалії і перспективи: матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю*. Полтава: ПолтНТУ імені Юрія Кондратюка, 168–171 (Lavrentieva, O. O. (2018). Approaches to preventive work with students in the context of preserving and strengthening health, forming safe behavior skills. *Physical rehabilitation and health-saving technologies: realities and prospects: materials of the IV All-Ukrainian scientific and practical conference with international participation*. Poltava: Poltava National Technical Yuri Kondratyuk University, 168–171).
- Москаленко, Н. В. (2015). *Інноваційні технології у фізичному вихованні студентської молоді*: монографія. Дніпро: Інновація (Moskalenko, N. V. (2015). *Innovative technologies in physical education of student youth*: monograph. Dnipro: Innovatsiia).
- Плачинда, Т. С., Рибалко, Л. М., Гулько, Т. Ю. (2024). Дотримання здорового способу життя майбутніми фахівцями фізичної культури та спорту як необхідна умова якості життя. *Педагогічний альманах*, 55, 10–16 (Plachynda, T. S., Rybalko, L. M., Hulko, T. Yu. (2024). Adherence to a healthy lifestyle by future physical education and sports specialists as a necessary condition for quality of life. *Pedagogical Almanac*, 55, 10–16).
- Рибалко, Л. М. (2021). Фізкультурно-оздоровча модель здоров'язберезувальних технологій у закладах загальної середньої освіти. *Спортивна наука та здоров'я людини*, 1 (5), 84–103 (Rybalko, L. M. (2021). Physical education and health-improving model of health-preserving technologies in secondary education institutions. *Sports science and human health*, 1 (5), 84–103).
- Рибалко, Л. М., Йопа, Т. В. (2020). Проектування освітнього здоров'язберезувального середовища на засадах педагогічної ергономіки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15, 3К (123), 361–365 (Rybalko, L. M., Yopa, T. V. (2020). Designing a health-preserving educational environment based on the principles of pedagogical ergonomics. *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov*. Series 15, 3K (123), 361–365).

SUMMARY

Kapiton Alla. Health-preserving technologies and their application in the educational process of specialists in physical culture and sports.

The article provides a theoretical interpretation of the essence of health-preserving technologies and outlines the peculiarities of their application in the educational process of training specialists in physical culture and sports. The relevance of the study is determined by the need to improve the quality of professional training of specialists capable of implementing health-preserving approaches in their professional activities under modern social challenges. The focus is placed on scientific approaches to defining the concept of "health-preserving technologies"; their content, main functions, and significance within the system of higher education are revealed.

It has been determined that health-preserving technologies represent an integral system of organizational-pedagogical, psychological-pedagogical, physical culture and wellness, and socially oriented measures aimed at preserving, strengthening, and maintaining the physical, mental, and social well-being of the individual. The article characterizes the main groups of health-preserving technologies, analyzes the peculiarities of their integration into the content of academic disciplines, and substantiates the expediency of using interactive teaching methods, including trainings, case methods, business games, modeling of professional situations, and project-based activities.

It has been established that the effectiveness of applying health-preserving technologies in the process of training specialists in physical culture and sports is ensured through the combination of systemic, competence-based, activity-based, and personality-oriented approaches. At the same time, a number of problems complicating their implementation in the educational process have been identified, including insufficient methodological support, limited resources, insufficient integration into the content of educational programs, and the lack of clear criteria for assessing the formation of health-preserving competence.

It is concluded that health-preserving technologies are an important component of the professional training of specialists in physical culture and sports and require further scientific substantiation and practical improvement.

Key words: *health-preserving technologies, specialists in physical culture and sports, professional training, educational process, health-preserving competence, healthy lifestyle, interactive teaching methods, educational environment.*