

**Міністерство освіти і науки України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Полтавський державний медичний університет  
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника  
Громадська організація «Всеукраїнська асоціація фізичної медицини,  
реабілітації і курортології»  
National University of Science and Technology Politechnica of Bucharest  
(Romania)  
CITY University of London (United Kingdom)  
Vilnius University (Lithuania)  
Vrije Universiteit (Belgium)  
Strasbourg University (France)**



**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА  
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ:  
РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної  
конференції з міжнародною участю**

*15 листопада 2023 року*

**Полтава 2023**

методу «сухої голки» у порівнянні з стандартною прийнятою у лікарняних закладах свідчить про її високу ефективність та доцільність її застосування.

### *Література*

1. Аравіцька М., Олійник Б. Ефективність комплексної програми фізичної реабілітації хворих з дегенеративно-дистрофічними захворюваннями поперекового відділу хребта з застосуваннями профілактора Євмінова. Вісник Прикарпатського університету. Серія «Фізична культура». 2015. 21. 133-139.

2. Аравіцька М. Г., Дума З. В., Шеремета Л. М., Данильченко С. І., Біла А. А. Ефективність застосування засобів фізичної терапії для корекції обмеження життєдіяльності внаслідок поєданого поперекового та тазового болю у жінок з дорсопатіями вагітності у післяпологовому періоді. Український журнал медицини, біології та спорту. 2022, Том 7, № 1 (35). 226-232. DOI: 10.26693/jmbs07.01.228

3. Brennan KL, Allen BC, Maldonado YM. Dry Needling Versus Cortisone Injection in the Treatment of Greater Trochanteric Pain Syndrome: A Noninferiority Randomized Clinical Trial. J Orthop Sports Phys Ther. 2017;47(4):232-239. doi:10.2519/jospt.2017.6994

4. Gattie E, Cleland JA, Snodgrass S. The Effectiveness of Trigger Point Dry Needling for Musculoskeletal Conditions by Physical Therapists: A Systematic Review and Meta-analysis. J Orthop Sports Phys Ther. 2017;47(3):133-149. doi:10.2519/jospt.2017.7096

5. Espejo-Antúnez L, Tejada JF, Albornoz-Cabello M, et al. Dry needling in the management of myofascial trigger points: A systematic review of randomized controlled trials. Complement Ther Med. 2017;33:46-57. doi:10.1016/j.ctim.2017.06.003

Калашнік Я.С., студент  
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»

Горошко В.І., к.мед.н., доцент  
*Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»*

## **ПЕРСПЕКТИВИ ВПРОВАДЖЕННЯ ТА РОЗВИТКУ СУЧАСНИХ ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СУЧАСНІЙ ОСВІТІ**

Здоров'язберігаючі технології в освіті охоплюють різні методи та підходи, спрямовані на покращення фізичного та психологічного здоров'я учнів і педагогів, а також на формування здорових звичок та стилю життя. Сприяють створенню більш сприятливого навчального середовища та здоровому розвитку учнів та педагогічного персоналу.

Ось деякі аспекти та підходи до здоров'язберігаючих технологій в освіті:

**Використання інтерактивних технологій:** Сучасні освітні технології, такі як комп'ютери, планшети та інтерактивні дошки, дозволяють створювати

освітні матеріали, які зацікавлюють учнів і стимулюють активну участь в навчанні.

**Електронні ресурси для здоров'язбереження:** Інтернет та спеціальні платформи надають доступ до електронних ресурсів, які надають інформацію про здоровий спосіб життя, правильне харчування, фізичну активність і інші аспекти здоров'я.

**Віртуальна реальність та симуляція:** За допомогою віртуальної реальності і симуляцій можна навчати учнів різних аспектів здоров'я та безпеки у реалістичних умовах без реальних ризиків.

**Медіапедагогіка:** Використання мультимедійних матеріалів та відеоуроків для навчання здоров'язбереження.

**Електронні системи моніторингу здоров'я:** Спеціалізовані додатки та пристрої для вимірювання фізичної активності, пульсу, сну та інших показників здоров'я, які можуть бути корисними для навчання та моніторингу здоров'я учнів.

**Інтерактивні програми для психологічного здоров'я:** Мобільні додатки та онлайн-ресурси для розвитку психологічного здоров'я, медитації, стресового менеджменту тощо.

**Організація здорових обідів та столові кабінети:** Організація столових кабінетів в школах, де діти можуть отримувати здорові страви, та використання технологій для управління процесом приготування їжі.

**Інтерактивні тренажери і фітнес-технології:** Використання інтерактивних тренажерів та фітнес-технологій для залучення учнів до фізичної активності.

**Системи моніторингу здоров'я вчителів і працівників школи:** Забезпечення здорових умов праці для педагогічних та адміністративних працівників школи.

Використання інтерактивних технологій в освіті має безліч практичних застосувань, які сприяють покращенню навчання та залученню учнів. Ось декілька прикладів практичного застосування інтерактивних технологій в освіті:

**Інтерактивні дошки:** Вчителі можуть використовувати інтерактивні дошки, які дозволяють писати, малювати, переміщати об'єкти та взаємодіяти з навчальними матеріалами. Це сприяє більш активному навчанню і залучає учнів до уроку. Що сприяє більш кращому засвоєнню поданого матеріалу.

**Мультимедійні презентації:** Вчителі можуть створювати мультимедійні презентації, які включають в себе відео, зображення та аудіо для кращого пояснення матеріалу. Це робить навчальний процес цікавішим і зрозумілішим для учнів. Учні сприймають інформацію не тільки на слух, але і бачать її, що сприяє кращому засвоєнню матеріалу.

**Онлайн-ресурси та платформи для навчання:** Вчителі можуть використовувати онлайн-ресурси та навчальні платформи, які надають доступ до навчальних матеріалів, завдань та тестів. Учні можуть навчатися вдома, використовуючи комп'ютери або мобільні пристрої. В даних ресурсах учень самостійно може опрацювати поданий матеріал на заняттях, звернути увагу і

доопрацювати інформацію, яку можливо не запам'ятав, розширити та закріпити знання по пройденому матеріалу.

**Віртуальна реальність (VR) та розширена реальність (AR):** Використання VR та AR дозволяє створити іммерсивні навчальні дослідження та симуляції, де учні можуть взаємодіяти з віртуальними об'єктами та оточеннями. Учні середніх і вищих навчальних закладів зможуть взаємодіяти з предметами в віртуальному просторі або брати участь у важливих історичних подіях. У процесі професійної підготовки студентів можна використовувати як віртуальні лабораторії, практикуми, моделюючи середовища, так і цілі віртуальні освіти. Можна виділити п'ять основних переваг застосування VR технологій в освіті: наочність- використовуючи 3D –графіку, можна деталізовано показати хімічні процеси аж до атомного рівня, навіть поділ ядра перед ядерним вибухом, тобто продемонструвати з будь-яким ступенем деталізації; безпека – можна занурити глядача в будь-які обставини без найменших загроз для життя; залучення – дозволяє змінювати сценарій, впливати на хід експерименту або вирішувати задачу в ігровій та доступній для розуміння формі; фокусування – віртуальний світ, який оточить глядача з усіх боків на всі 360 градусів, дозволить цілком зосередитися на матеріалі і не відволікатися на зовнішніх подразників; віртуальні уроки – вид від першої особи і відчуття своєї присутності в намальованому світі – одна з головних особливостей віртуальної реальності.

**Онлайн-спілкування та спільні проекти:** Вчителі можуть організовувати віртуальні класи, де учні можуть спілкуватися, співпрацювати та працювати над спільними проектами навіть на відстані.

**Електронні підручники та інтерактивні навчальні матеріали:** Замість традиційних паперових підручників, вчителі можуть використовувати електронні версії з можливістю взаємодії, анімації та інтерактивності.

**Гейміфікація:** Використання ігрових елементів у навчанні, де учні можуть отримувати бали, досягнення та нагороди за досягнення навчальних цілей.

**Мобільні додатки для навчання:** Використання мобільних додатків для навчання різних предметів, мов, математики тощо.

**Симуляції та ігри для навчання:** Використання комп'ютерних симуляцій та ігор для навчання складних концепцій та навичок.

Введення інтерактивних технологій в освітній процес на сучасному етапі дозволить значно розширити і покращити подання навчального матеріалу, донести інформацію в більш доступній, зрозумілій і наочній формі, завдяки їх запровадженню підвищиться ефективність навчального процесу.

### *Література*

1. Панасюк, Ю. О., Гладун, С. В. (2018). Використання інтерактивних технологій у сучасній освіті: проблеми та перспективи. *Освіта України*, 1, 31-36.
2. Компанець, О. С., Пашкевич, О. П. (2017). Інноваційні педагогічні технології в системі вищої освіти. *Технології і техніка друкарства*, 3(84), 57-61.
3. Виноградов, І. А. (2013). *Інтерактивні технології в сучасній освіті*. Видавництво Львівського університету.

4. Савченко, Ю. П., Ромашова, Т. А. (2016). Використання інтерактивних технологій у навчальному процесі вищого навчального закладу. Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія: Педагогічні науки, 137, 55-61.

5. Матвєєва, І. М., Макаренко, В. П. (2015). Використання інтерактивних технологій в освітньому процесі. Інноваційна педагогіка, 9, 53-58.

6. Постолатій, В. В., Чернів, Д. О. (2016). Використання інтерактивних технологій у педагогічній практиці. Сучасні інформаційні технології та інноваційні методи навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми, перспективи, 115-118.

Карпенко Я.О., студент  
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»  
*Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»*

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У СИСТЕМІ ОСВІТИ**

Проблема дослідження теоретико-методичних засад навчання дітей та молоді засобами здоров'язбережувальних технологій на сучасному етапі розвитку психолого- педагогічної науки має важливе наукове, освітнє і суспільне значення. Більшість вчених визначають використання здоров'язбережувальних технологій як головний напрям вирішення проблем збереження та зміцнення здоров'я молоді у сучасних умовах освітнього простору.

Єдиного визначення поняття «здоров'язбережувальні технології» в освіті не існує. Г.Соловійов дає наступне визначення здоров'язберігаючої технології – функціональна система організаційних засобів управління навчальною, пізнавальною і практичною діяльністю учнів, яка науково й інструментально забезпечує збереження і зміцнення здоров'я [3].

Мета здоров'язбережувальних освітніх технологій – забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та духовного комфорту, що сприяють продуктивній навчально-пізнавальній та практичній діяльності учасників освітнього процесу, заснованій на науковій організації праці та культури здорового способу життя особистості.

Класифікація здоров'язбережувальних педагогічних технологій за М. Смирновим [4]:

- медико-гігієнічні технології (контроль і допомога в забезпеченні належних гігієнічних умов);
- фізкультурно-оздоровчі технології (спрямовані на фізичний розвиток);
- екологічні здоров'язбережувальні технології (створення природовідповідних, екологічно оптимальних умов життєдіяльності людей, гармонійних взаємин з природою);
- технології забезпечення безпеки життєдіяльності;
- здоров'язбережувальні освітні технології (організаційно-педагогічні,